MANUALE UTENTE

BENUTZERHANDBUCH



Codice :
Kennziffer : SPADOCROU650

Revisione :
Überarbeitung : 01

Edizione :
Ausgabe: 10/11



Route 650



Istruzioni originali in lingua italiana.
Leggere il manuale con la massima attenzione e tenerlo sempre a portata di mano vicino al prodotto.

Übersetzung der Originalanleitung
Sorgfältig durchlesen und für zukünftige Verwendung aufbewahren.





INDICE DEGLI ARGOMENTI





AVVERTENZE



OBBLIGHI

- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato soltanto all'interno di ambienti domestici.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato soltanto da persone in perfette condizioni fisiche e di età superiore a 16 anni.
- È obbligatorio, prima di ogni operazione sul prodotto, leggere con la massima attenzione il manuale utente e tenerlo sempre a portata di mano.
- È obbligatorio fornire istruzioni sull'uso corretto del prodotto agli eventuali utilizzatori, quali amici e familiari.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato indossando un abbigliamento comodo composto da scarpe e tuta da ginnastica oppure leggero, adatto alla corsa. Indumenti che impediscono la traspirazione oppure scarpe rigide o inadatte all'uso sportivo sono dannosi.
- È obbligatorio allontanare bambini e animali domestici durante l'impiego del prodotto; le parti in movimento dell'attrezzo possono diventare la causa di ferite agli arti.
- È obbligatorio interrompere immediatamente l'esercizio e chiamare un medico qualora, durante l'allenamento con l'attrezzo, si avverte senso di svenimento, dolore toracico o sensazione di affanno.
- È obbligatorio spegnere l'attrezzo tramite l'interruttore di rete e staccare la chiave di sicurezza dopo l'uso del prodotto.
- È obbligatorio controllare periodicamente il serraggio della viteria e il buono stato di tutte le parti del prodotto.

DIVIETI

- È vietato impiegare l'attrezzo in centri medici o palestre.
- È vietato impiegare l'attrezzo per test oppure per scopi terapeutici e/o riabilitativi.
- È vietata la presenza di bambini o animali domestici in prossimità del prodotto in funzione, durante l'allenamento.
- È vietato avvicinare contenitori con liquidi vicino o sopra l'attrezzo.
- È vietato impiegare per la pulizia del prodotto sostanze-chimiche aggressive, spazzole o spugne abrasive.
- È vietato smontare parti dell'attrezzo, ad esclusione dei casi espressamente indicati nel manuale utente.
- È vietato l'impiego del prodotto in caso di guasto o cattivo funzionamento. In caso di malfunzionamenti, spegnere l'attrezzo e non manometterlo. Contattare il servizio assistenza per la riparazione.
- È vietato indossare un abbigliamento in materiale sintetico o misto lana, durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica e la possibilità di creare pericolose cariche elettrostatiche.





USO PREVISTO REQUISITI UTENTE

Grazie alla serie di prodotti per uso sportivo della linea Get-Fit, si possono praticare attività fisiche all'interno delle proprie mura domestiche, in qualunque stagione, quando il troppo caldo, il troppo freddo o la pioggia non permettono di uscire da casa, oppure per brevi pause da dedicare all'attività fisica quando non si ha modo o tempo per frequentare una palestra o per intraprendere un programma di allenamento.

Il prodotto documentato in questo Manuale Utente è progettato e certificato per un utilizzo privato all'interno di un ambiente domestico ed è un attrezzo per uso sportivo che consente di simulare il movimento del joggin su strada con il vantaggio però di disporre di un piano di corsa che riduce i traumi da impatto con il suolo agli arti inferiori, tipici della pratica della corsa.

Allenarsi in sicurezza e in modo consapevole, entro i limiti della propria età e della propria condizione fisica è un fattore importante che deve essere valutato attraverso un esame di controllo presso il proprio medico curante, prima di cominciare ad utilizzare il prodotto.



L'impiego del prodotto è vietato nelle seguenti condizioni:

- **utilizzatore di età inferiore a 16 anni;**
- **utilizzatore di peso superiore al limite indicato nella targa e nei dati tecnici;**
- **utilizzatore in stato di gravidanza;**
- **utilizzatore con diabete;**
- **utilizzatore con patologie legate a cuore, ai polmoni, o ai reni.**



La garanzia sul prodotto e la responsabilità del distributore vengono a decadere nei seguenti casi:

- **uso improprio del prodotto diverso da quello specificato nel manuale utente;**
- **mancato rispetto degli intervalli e delle modalità della manutenzione;**
- **manomissione del prodotto**
- **impiego di ricambi non originali;**
- **inosservanza degli avvisi di sicurezza riportati nei pittogrammi e nel manuale utente.**

Questo manuale contiene tutte le informazioni per l'installazione, la manutenzione e l'uso corretto dell'attrezzo.
L'utilizzatore del prodotto, amici e familiari che faranno uso di questo attrezzo, hanno l'obbligo di leggere con la massima attenzione le informazioni contenute in questo manuale per un impiego corretto e sicuro.

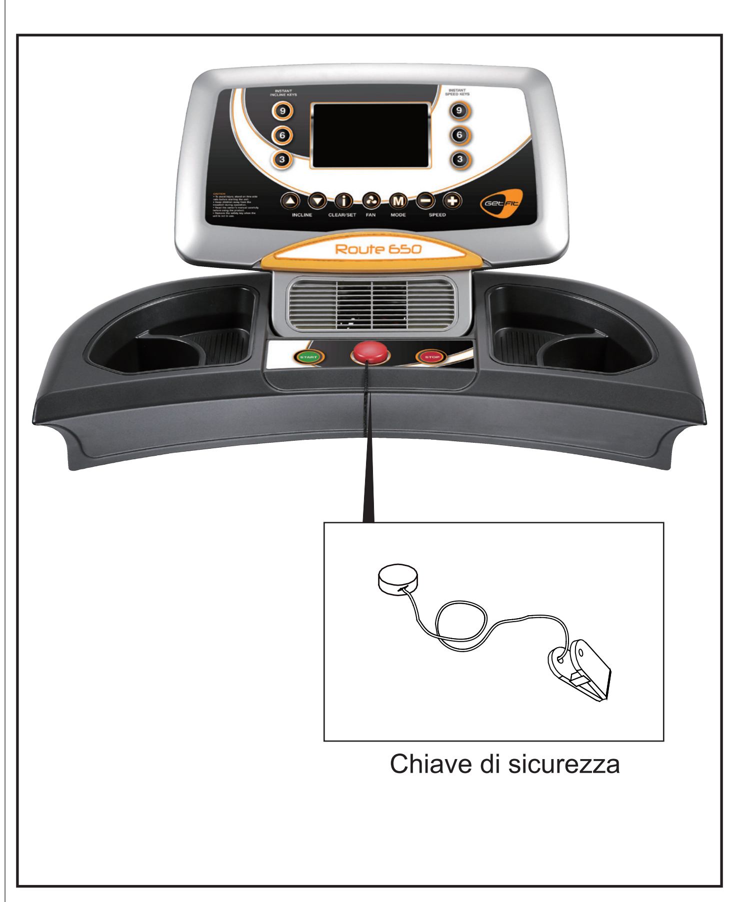


DISPOSITIVI DI SICUREZZA

Prima di cominciare un allenamento posizionare la chiave di sicurezza nell'apposito alloggiamento sulla plancia e agganciare l'apposita clip a molla ai propri indumenti.



Dopo ogni sessione di allenamento spegnere l'attrezzo tramite l'interruttore i rete e staccare la chiave di sicurezza dalla plancia. Rimuovere la chiave di sicurezza e custodirla in un luogo sicuro è importante per evitare azionamenti involontari da parte di bambini.



Chiave di sicurezza





SIMBOLI - SIGNIFICATO E IMPIEGO

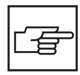
Istruzioni e avvertenze contenute nel manuale utente garantiscono la massima sicurezza d'uso ed la migliore durata del prodotto.
Avvisi e particolari richiami che comportano delle operazioni a rischio sono stati evidenziati in testo grassetto e sono precedute dai simboli qui di seguito illustrati e definiti.



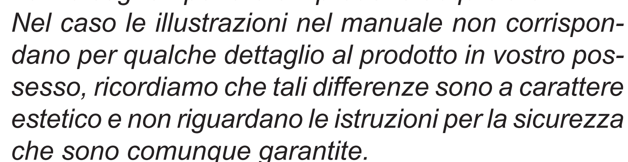
PERICOLO: una operazione che comporta il rischio di ferite personali o a persone nelle vicinanze. Attenersi scrupolosamente alle istruzioni indicate.



AVVERTENZA: una operazione che comporta il rischio di danneggiamento al prodotto. Prestare massima attenzione!



NOTA: un avviso o una nota su funzioni chiave o informazioni utili.



Le illustrazioni presenti nel manuale utente rendono più chiari concetti e informazioni. Un continuo aggiornamento dei prodotti può comportare lievi differenze tra il disegno riportato e il prodotto acquistato.
Nel caso le illustrazioni nel manuale non corrispondano per qualche dettaglio al prodotto in vostro possesso, ricordiamo che tali differenze sono a carattere estetico e non riguardano le istruzioni per la sicurezza che sono comunque garantite.
Il costruttore persegue una politica di costante sviluppo ed aggiornamento e può apportare modifiche alle parti estetiche del prodotto senza specifico preavviso.



DATI TECNICI

VELOCITÀ NASTRO	1 km/ora (min.) ÷ 18 km/ora (max)
INCLINAZIONE PIANO	12 LIVELLI A REGOLAZIONE ELETTRONICA
SUPERFICIE PIANO DI CORSA	450 x 1320 mm
INGOMBRO APERTO (LXPXH)	1810 x 820 x 1370 mm
INGOMBRO CHIUSO (LXPXH)	1010 x 820 x 1585 mm
POTENZA MOTORE	2,75 HP (continui) - 3,75 HP (valore di picco)
PESO NETTO	82,8 kg
PESO LORDO	89,7 kg
PESO MASSIMO UTENTE	130 kg
TENSIONE DI RETE	230 V AC
FREQUENZA DI RETE	50 Hz
RILEVAZIONE CARDIACA	Sensori sui corrimano e fascia cardiofrequenzimetro optional





ETICHETTE ADESIVE

1) La Targa di Identificazione del prodotto riporta i dati tecnici, e il numero di serie.

2) Simbolo di richiamo all'obbligo di lettura del manuale utente prima dell'impiego.

3) Simboli di indicazione di conformità del prodotto alle direttive comunitarie che riguardano il trattamento e lo smaltimento di sostanze pericolose in apparecchiature elettriche ed elettroniche.

4) Targa di sicurezza: richiamo alla necessità di lubrificare periodicamente il piano di corsa secondo gli intervalli e le modalità indicate sul manuale utente.

5) La Targa di sicurezza: indica il pericolo di intrappolamento e schiacciamento delle dita tra la puleggia posteriore e il piano di corsa quando il nastro è in funzione.

6) La Targa di sicurezza: pericolo di scossa elettrica. È vietato smontare il prodotto o accedere all'interno del vano motore.

7) La Targa di sicurezza: indica il pericolo di schiacciamento del piede di una persona che si trova sul fianco dell'attrezzo nel momento della discesa del piano al minimo livello di inclinazione.
È vietato mettere i piedi nei punti indicati dalla targa quando l'attrezzo è in funzione.

8) Targa di istruzione: indica le modalità per portare il piano di corsa alla posizione orizzontale tramite la leva del gancio di sicurezza.
Riferirsi anche al capitolo "Piano di corsa in posizione orizzontale" presente nel manuale utente.

SPORT ALLIANCE the way for sport — Via Enrico Fermi-Str. 14 - 39100 - Bolzano - BZ - (Italy)

Model:	Class:
Serial:	Year:
Max User weight: kg	Made in

V~	Hz	W	kg

RoHS compliant 2002/95/EC

1 2 3 4 5 6 7 8

1° 2°





REQUISITI DI INSTALLAZIONE

Scegliere la stanza nella quale installare il prodotto.

- L'ambiente dove si installa e si impiega il prodotto dev'essere coperto (il prodotto non può essere installato all'aperto, come ad esempio su un terrazzo) ma deve essere aerato e bene illuminato.

- La zona della stanza nella quale si posiziona il prodotto non deve essere esposta al sole o troppo vicino ad un termosifone o a un impianto di climatizzazione e deve disporre di una presa elettrica adatta alla spina del prodotto.

- La pavimentazione deve essere piana e priva di irregolarità; nel caso di pavimenti rivestiti con materiali pregiati quali ad esempio moquettes o parquet, consigliamo di provvedere a proteggere i punti di contatto con materiale morbido.

- È consigliato installare il prodotto in una camera che disponga di porta, in modo che non sia accessibile a bambini o animali domestici.

È OBBLIGATORIO lasciare uno spazio di sicurezza libero di almeno 2 metri tra la parte posteriore del prodotto e la parete.
NON devono essere collocati oggetti di alcun genere all'interno dello spazio libero di sicurezza dietro al prodotto.

DISIMBALLO CONTENUTO SCATOLA

L'imballo è costituito da una scatola in cartone chiusa con punti metallici e nastri di reggiatura.
Per sollevare e spostare la scatola chiedere l'aiuto di altre persone e di appositi dispositivi per il sollevamento, nel caso di imballi voluminosi e pesanti.
Quando si depone la scatola sul pavimento rispettare l'eventuale indicazione "Lato Alto", segnalato dalla freccia apposita stampata sul cartone. Per aprire la scatola, tagliare i nastri di reggiatura con delle forbici, poi con una pinza rimuovere ed eliminare i punti metallici di chiusura.

Prima di depositare a terra la scatola contenente il prodotto, verificare sui disegni del cartone la freccia con l'indicazione "LATO ALTO". 

Nel caso in cui la scatola sia stata depositata sul pavimento dal lato errato, evitare di aprirla danneggiando l'imballo ma girarla sul lato corretto.

L'imballo è realizzato in materiale riciclabile; per lo smaltimento degli elementi da imballo rispettare le norme locali per il recupero dei materiali riciclabili. Gli elementi dell'imballo (cartone e sacchetti), non devono essere lasciati alla portata dei bambini, in quanto potenziali fonti di pericolo.

Computer di controllo

Plancia e corrimano

Montante sx

Montante dx

Manuale utente

Mascherine superiori

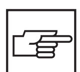
Cinta di sicurezza

Piano di corsa assemblato



ITALIANO

Durante le operazioni riferirsi alle illustrazioni con le fasi di montaggio ed eventualmente servirsi anche del disegno in esploso nel catalogo ricambi.
Il Catalogo Ricambi completo di lista delle parti che si trova in fondo alla guida utente, è un ulteriore aiuto nell'identificazione dei componenti di piccole dimensioni.



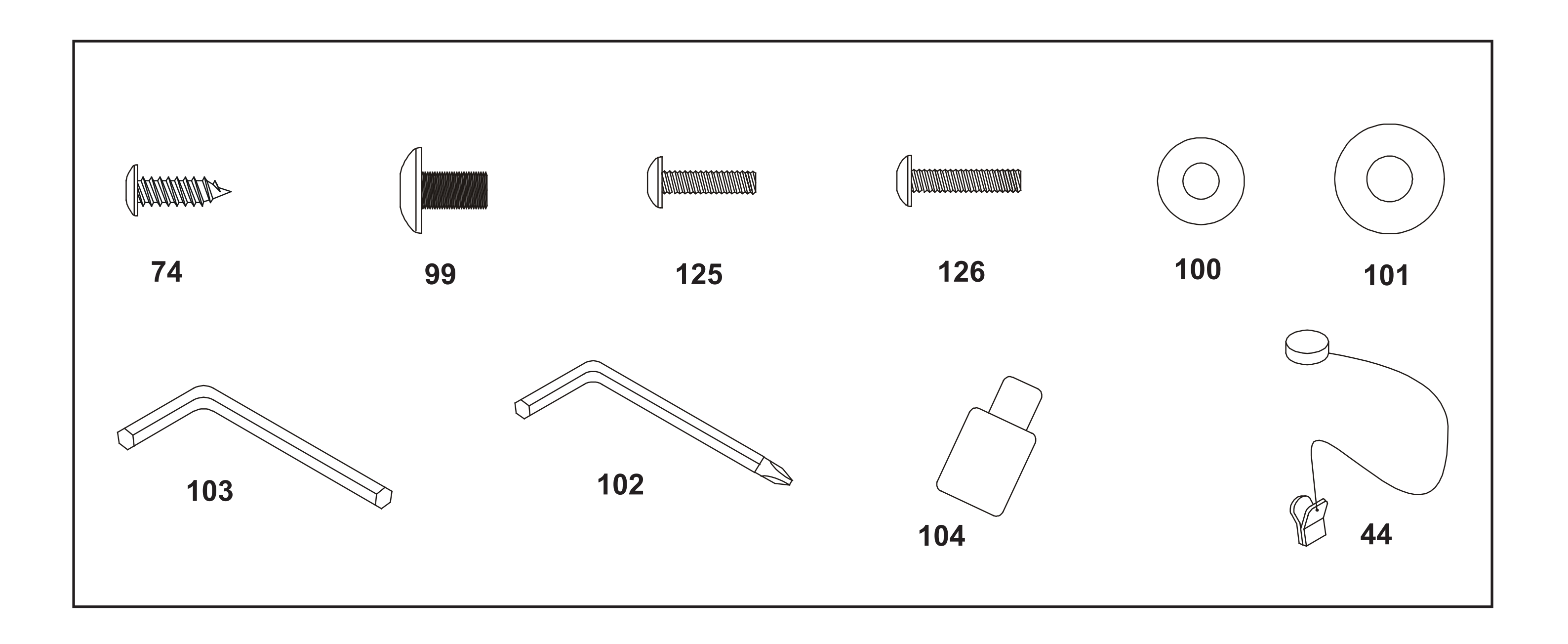
Dopo aver tolto il prodotto dalla scatola, verificate eventuali danni subiti durante il trasporto e controllate la presenza di tutte le parti illustrate.

Elenco ferramenta di montaggio :

44 Safety Key - Chiave di sicurezza
74. Vite autofilettante ST3,5x12 mm - (4 Pz.)
99. Vite 5/16"x1/2" (14 pz.)
100. Rondella piana 5/16"x18x1,5T (6 pz.)
101. Rondella ondulata 5/16"x23x1,5T (8 pz.)
102. Chiave esagonale M6
103. Chiave esagonale M5 + giravite a stella
104. Olio lubrificante per nastro e piano di corsa
125. Vite M5x25 mm (2 pz.)
126. Vite M5x35 mm (2 pz.)



Si consiglia di conservare l'imballo originale nell'eventualità che il prodotto presenti dei difetti e sia necessaria la riparazione in garanzia.





ITALIANO



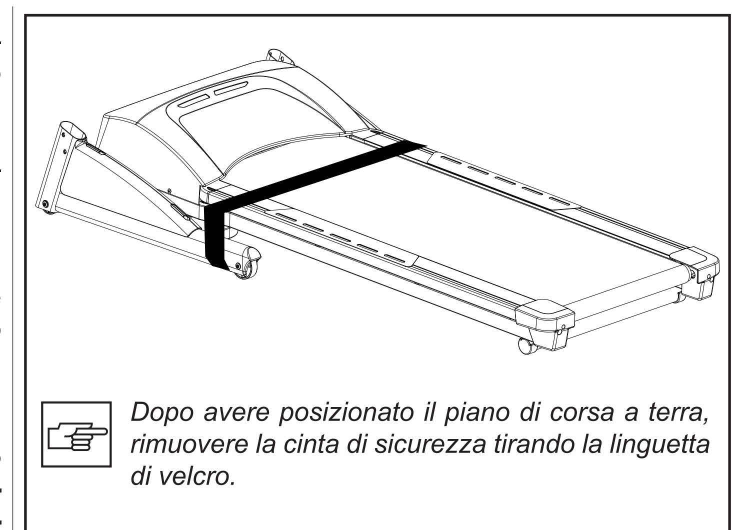
MONTAGGIO

- Dopo avere aperto l'imballo originale del prodotto, con l'aiuto di altre persone, sollevare il piano di corsa assemblato e posizionarlo sul pavimento (come mostrato in figura) nel luogo scelto per l'installazione del prodotto.
  Togliere tutto il materiale contenuto nel cartone e distenderlo sul pavimento, pronto per essere montato.

- Avvicinare il montante destro **4** al piano di corsa, infilare il cavo **53** del computer nel montante fino a farlo fuoriuscire all'estremità opposta, quindi inserire il montante destro nella sede predisposta nel telaio.



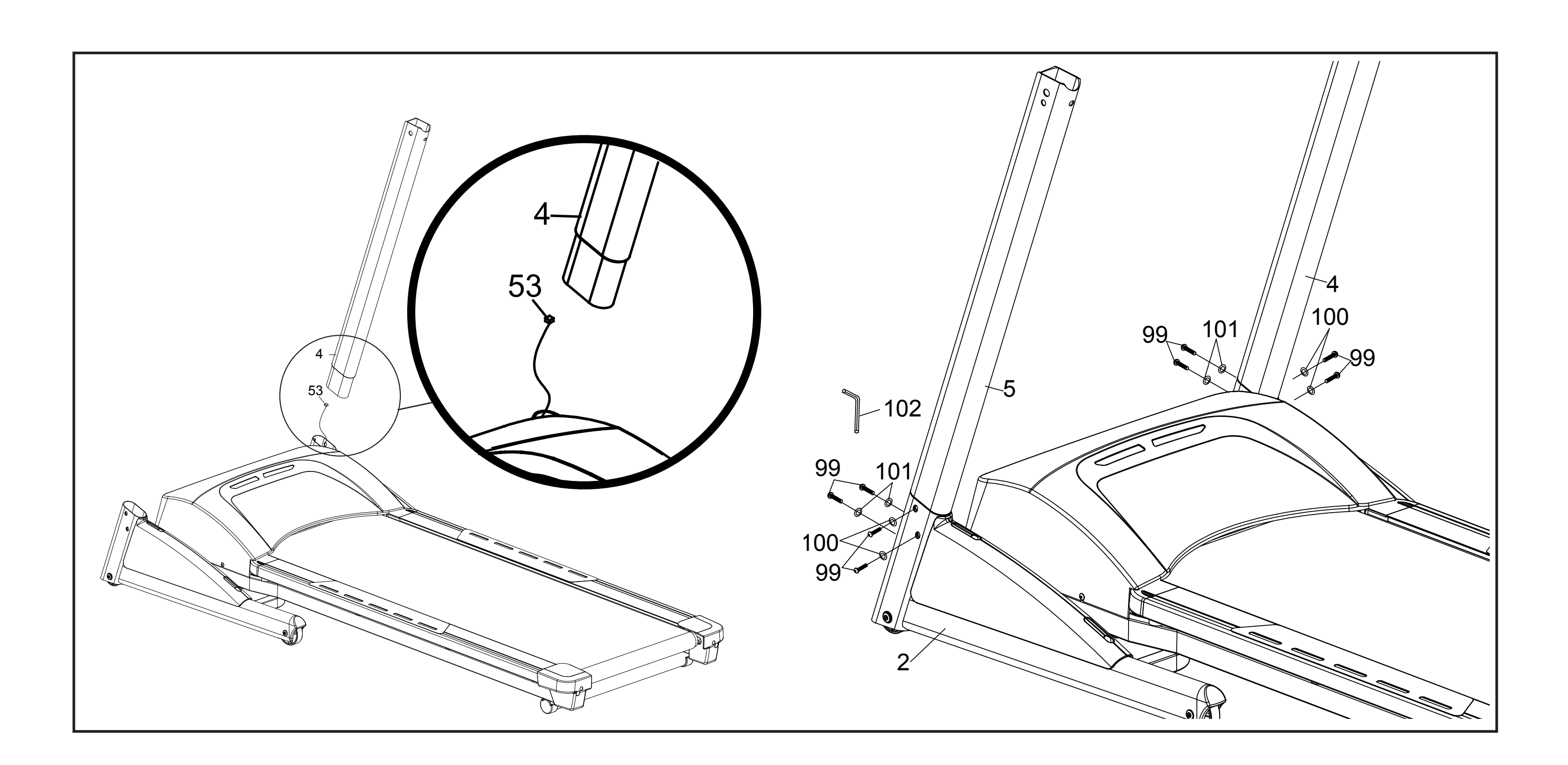
Durante il fissaggio del montante laterale destro al telaio fate attenzione a non schiacciare o tagliare tra i tubolari il cavo di collegamento del computer di controllo.



Dopo avere posizionato il piano di corsa a terra, rimuovere la cinta di sicurezza tirando la linguetta di velcro.

- Fissare il montante destro **4** al telaio **2** serrando quattro viti **99** [5/16"x1/2"] con due rondelle piane **100** [5/16"x18x1.5T], e due rondelle ondulate **101** [5/16"x23x1.5T]; agire mediante una chiave **102** facendo riferimento all'illustrazione.

- Avvicinare il montante laterale sinistro **5** al piano di corsa e fissarlo al telaio **2** serrando quattro viti **99** [5/16"x1/2"] con due rondelle piane **100** [5/16"x18x1.5T], e due rondelle ondulate **101** [5/16"x23x1.5T]; agire mediante una chiave **102** facendo riferimento all'illustrazione.





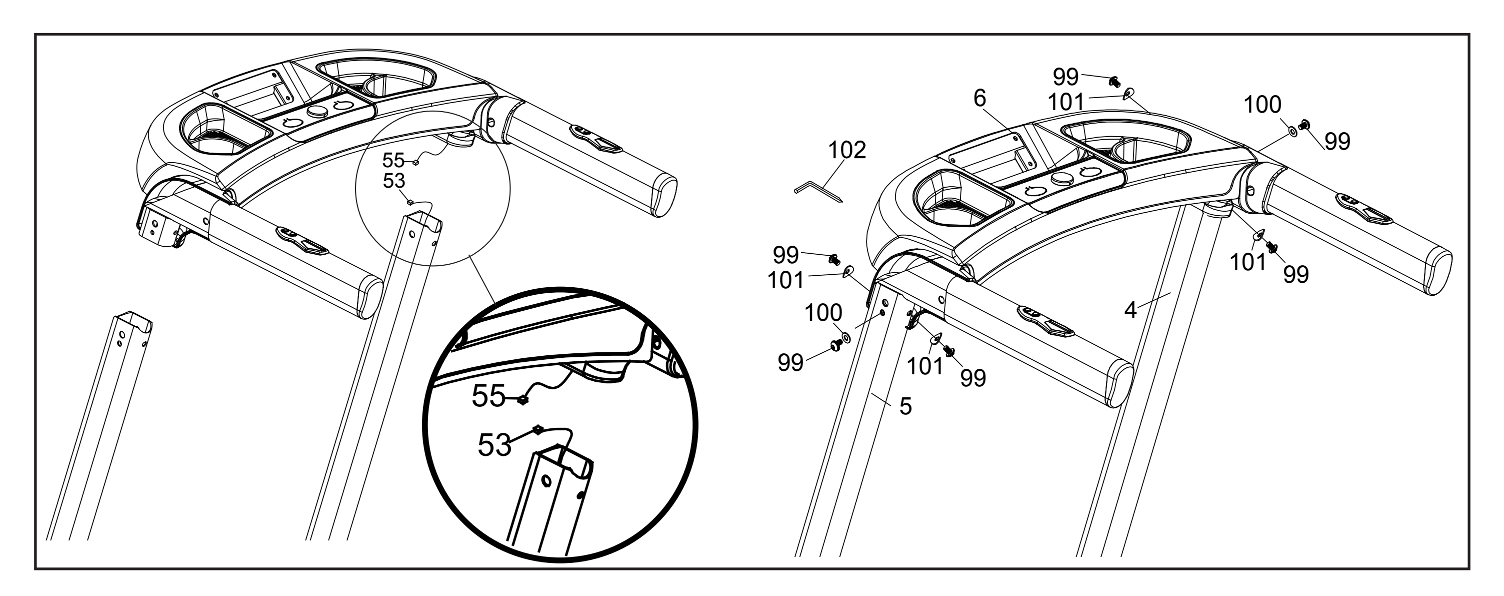
ITALIANO

- Avvicinare la plancia **6** sui montanti laterali **4** e **5**.
  Collegare il connettore del cavo inferiore **53**, in uscita dal montante di destra, al connettore del cavo intermedio **55**, in uscita dalla plancia.

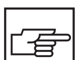


Durante il fissaggio della plancia sui montanti, fare attenzione che non vengano schiacciati o tagliati i cavi elettrici.

- Fissare la plancia **6** sui montanti laterali **4** e **5**, serrando ciascun montante con tre viti **99** [5/16”x1/2”] corredate da due rondelle ondulate **101** [5/16”x23x1.5T] e una rondella piana **100** [5/16”x23x1.5T] per ciascun montante.
  Per il serraggio delle viti, impiegare la chiave **102** [chiave esagonale M5 + giravite], fornita in dotazione.

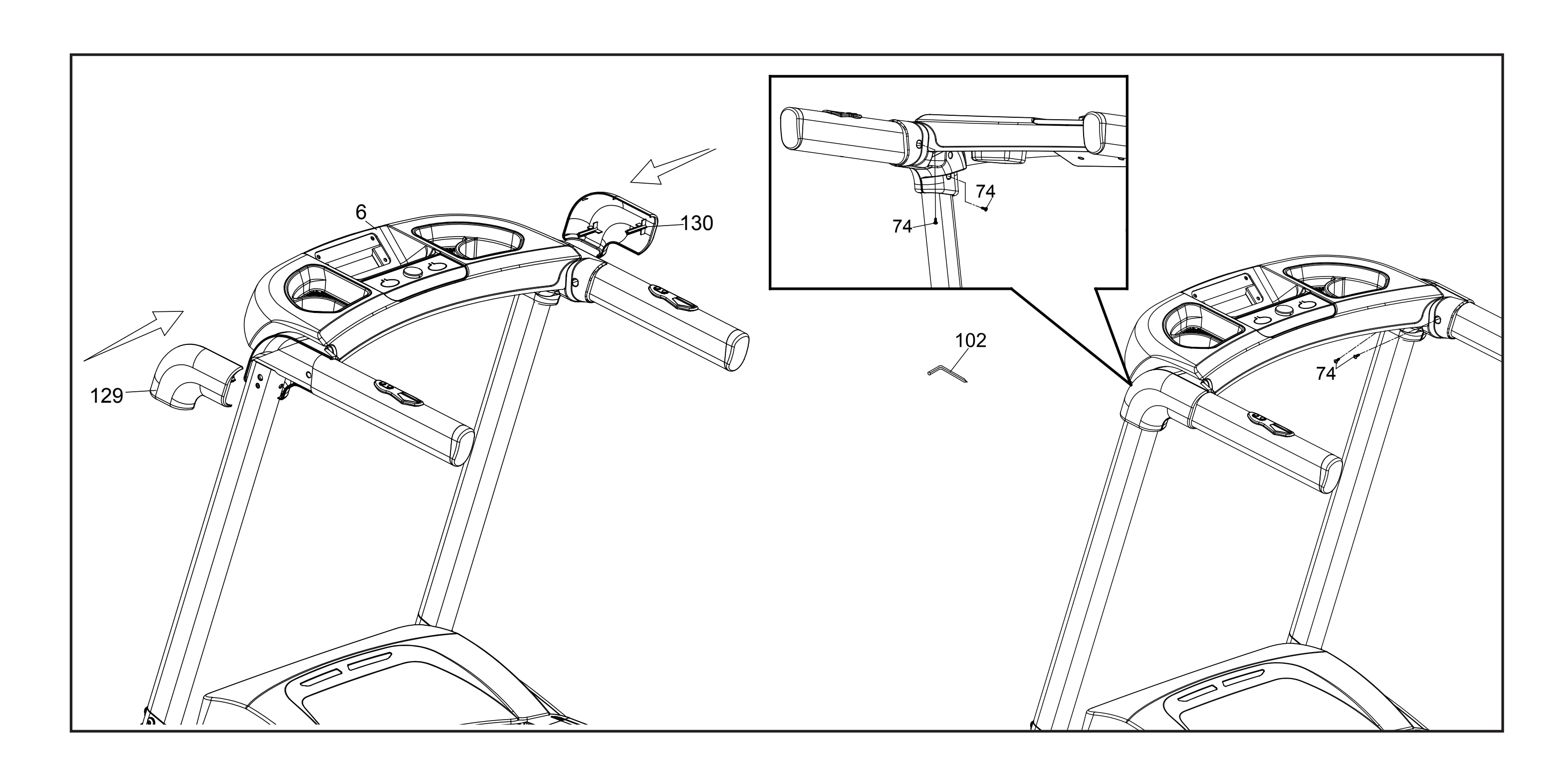


- Infilare le due mascherine superiori destra **130** e sinistra **129** rispettivamente nei montanti destro **4** e sinistro **5**.



Rispettare il verso di montaggio delle mascherine così come illustrato.

- Fissare le mascherine superiori destra **130** e sinistra **129** serrando quattro viti autofilettanti **74** [ST3,5x12 mm] impiegando il giravite integrato alla chiave **102**.



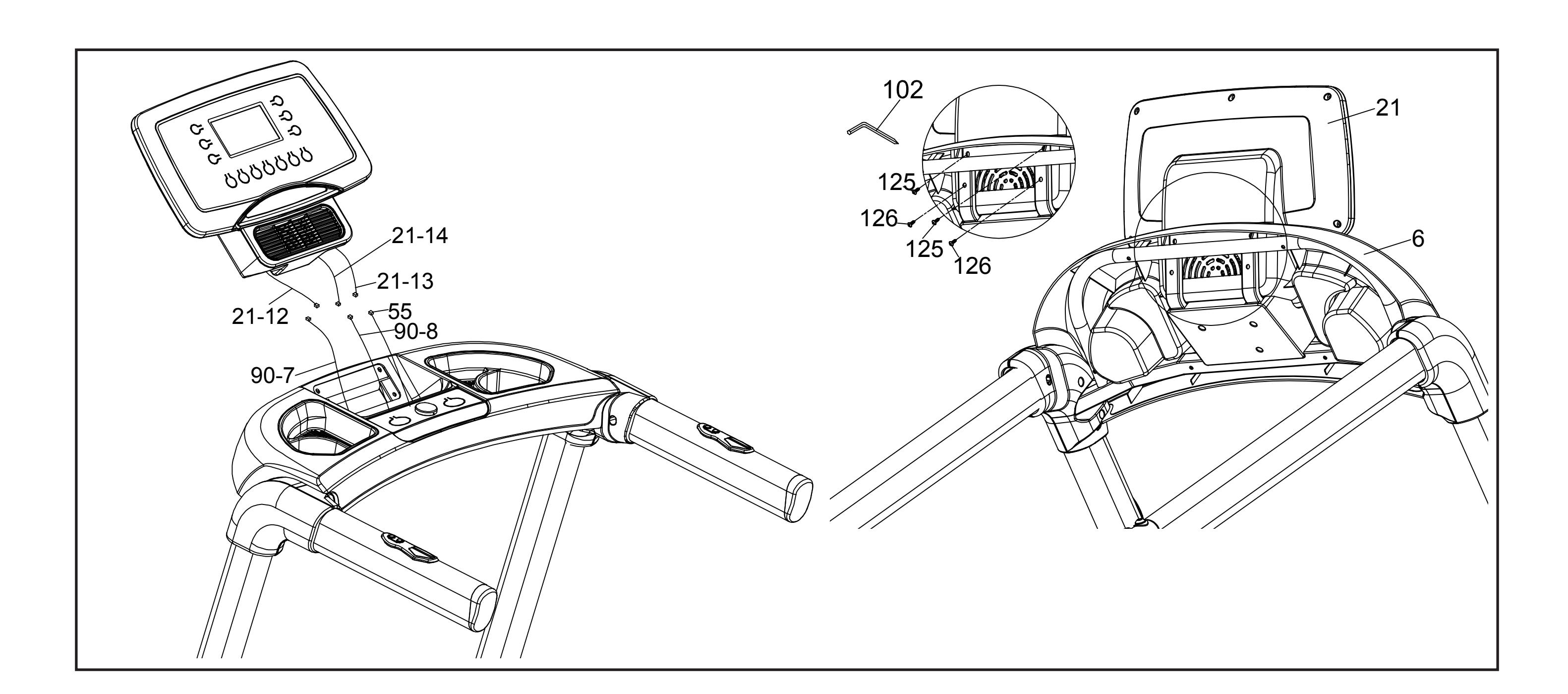


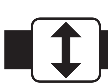
- Avvicinare il computer di controllo **21** alla plancia **6**.
  Collegare il connettore del cavo intermedio **55**, in uscita dalla plancia, al connettore **21-10** proveniente dal computer.
  Collegare il connettore proveniente dai cavi sui corrimano **90-7**,al connettore **21-9** proveniente dal computer.

- Inserire il computer di controllo **21** nell'alloggio sulla plancia **90**, quindi bloccarlo in posizione serrando due viti **125** [M5x25 mm] e due viti **126** [M5x35 mm]; impiegare il giravite fornito.

Accertarsi di avere serrato adeguatamente tutte le viti impiegate nel processo di montaggio.

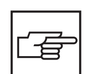
- Ora l'attrezzo è assemblato, prima dell'impiego leggere le restanti parti del manuale per le informazioni sull'uso in sicurezza.





PIANO DI CORSA IN POSIZIONE VERTICALE

Il tappeto può essere portato in posizione verticale per occupare meno spazio quando non viene utilizzato, per effettuare tale operazione attenersi alle seguenti operazioni.



Portare la posizione del piano di corsa al livello minimo di inclinazione, altrimenti il piano non può essere chiuso.

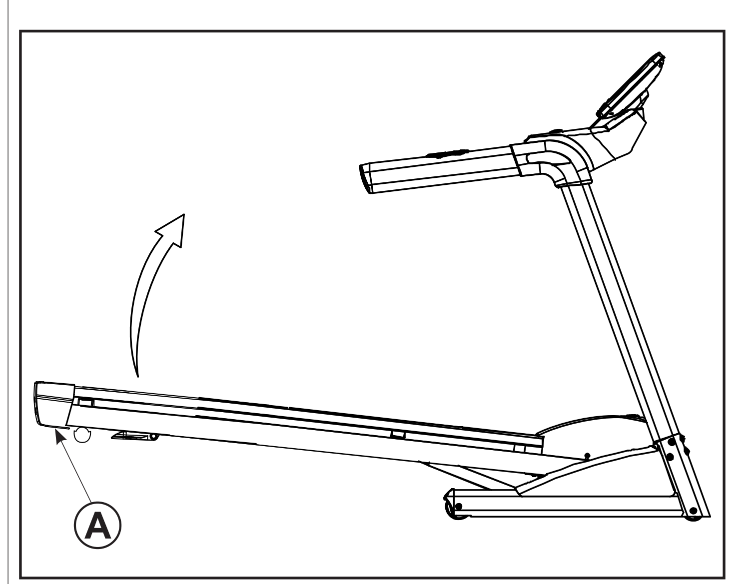


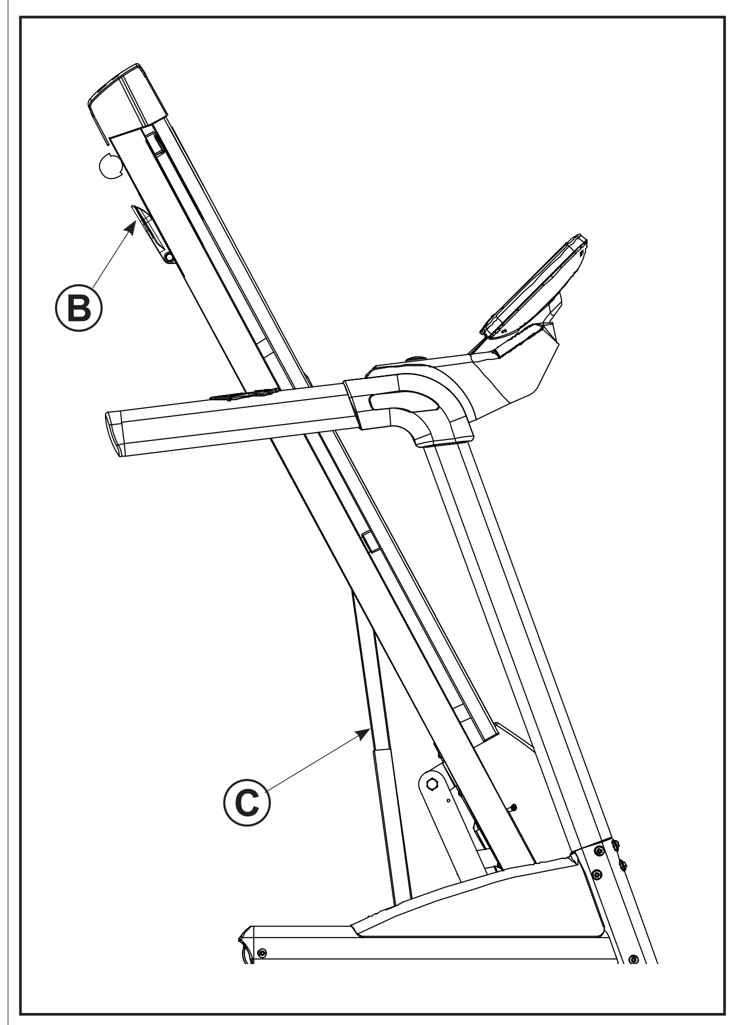
Spegnere l'attrezzo e staccare la spina dalla presa di corrente a lato dell'interruttore di rete.

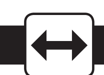
- Afferrare le estremità posteriori del piano di corsa, inserendo le mani sotto agli angolari **A**.
- Sollevare con entrambe le mani il piano di corsa fino a portarlo in prossimità dei corrimano, continuare a sollevare fino all'inserimento della leva del gancio di sicurezza **B**.
- Il cilindro a gas **C** posto alla base aiuterà le fasi di salita e discesa del piano.



Dopo la chiusura, prima di lasciare la presa dal piano di corsa, assicurarsi che il gancio di sicurezza sia ben inserito, tirando con le mani verso il basso il piano.





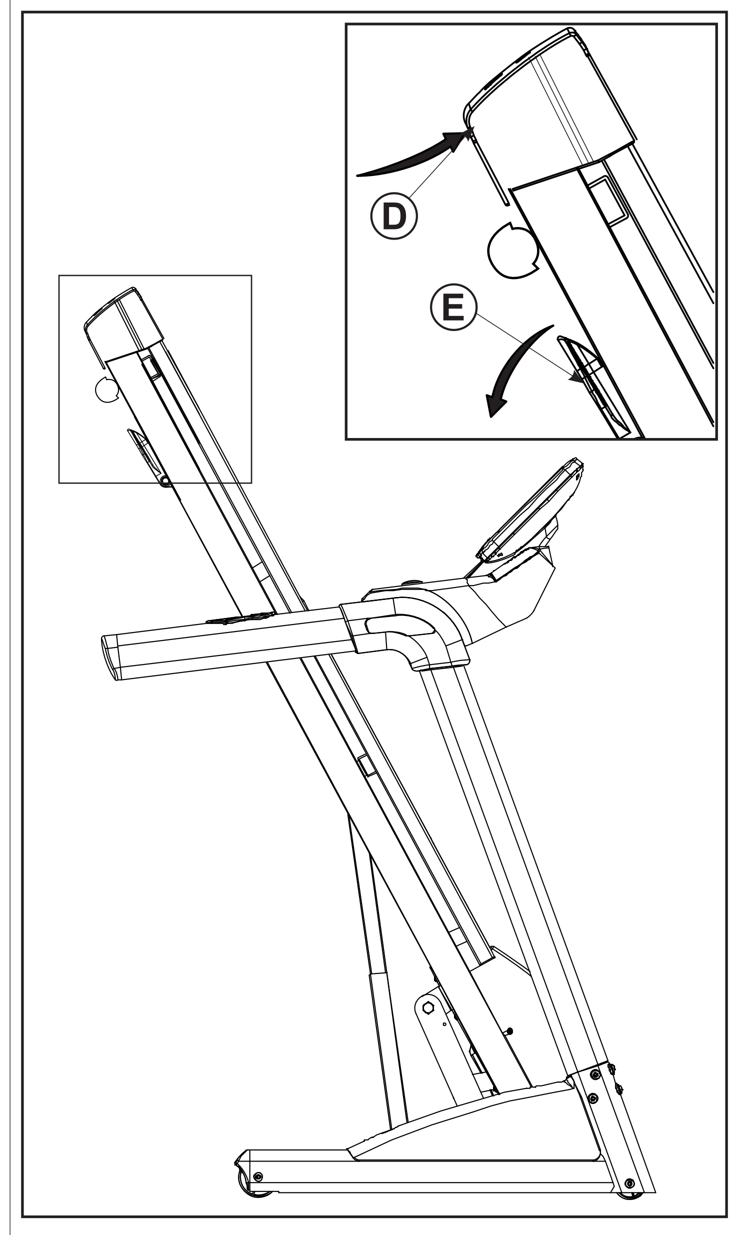


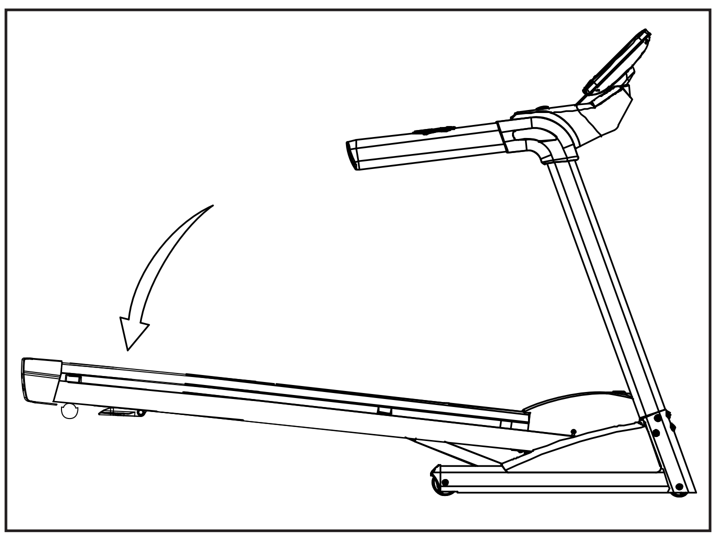
PIANO DI CORSA IN POSIZIONE ORIZZONTALE



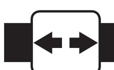
Prima di portare il tappeto in posizione orizzontale, togliere eventuali oggetti presenti sul pavimento nella superficie che viene occupata dal piano di corsa. Assicurarsi inoltre che nelle vicinanze non ci siano animali domestici o bambini che giocano.

- Per portare il tappeto in posizione orizzontale premere in avanti con la mano sinistra l'estremità posteriore del piano di corsa punto **D**, contemporaneamente con la mano destra tirare la leva **E** del gancio di sicurezza per sbloccare il piano, dopodiché accompagnare lentamente con entrambe le mani poste agli angoli il piano di corsa fino a distenderlo completamente sul terreno.









SPOSTAMENTO



Prima di spostare l'attrezzo staccare la spina dalla presa di corrente posta a lato dell'interruttore di rete.

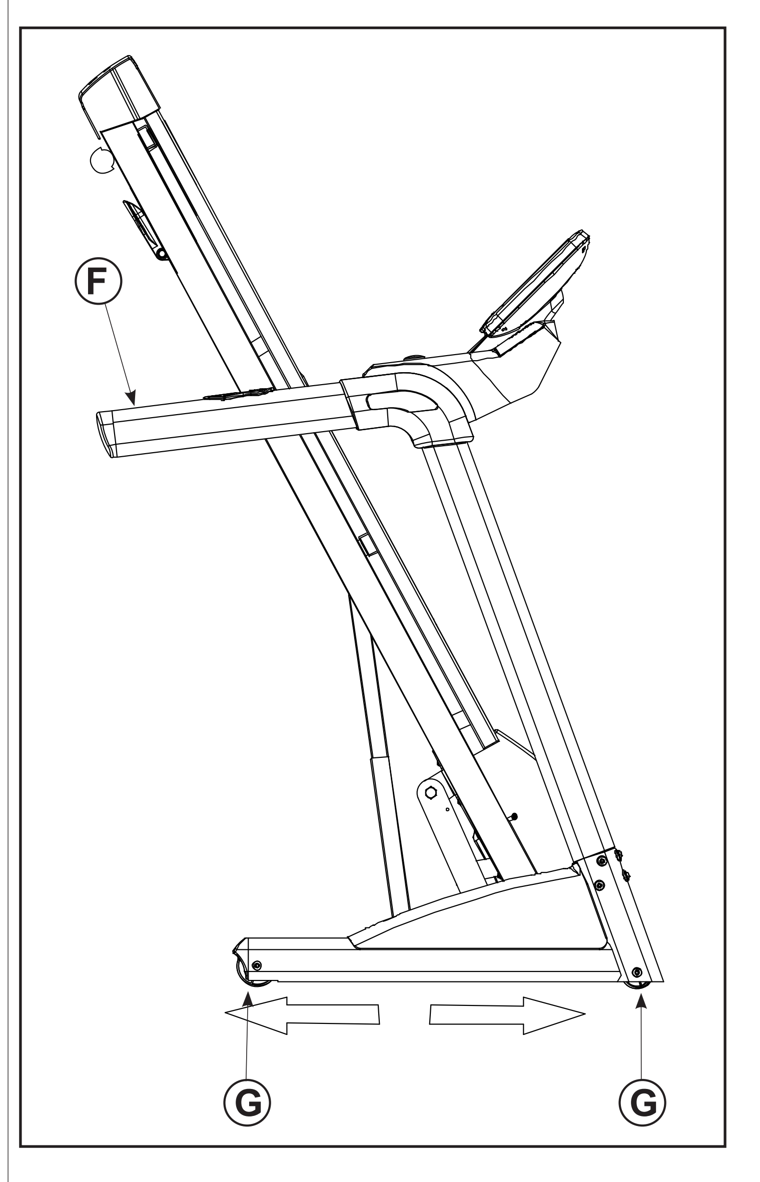


Controllare che la leva del gancio di sicurezza sia ben inserita prima di procedere con lo spostamento.

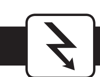


L'operazione di spostamento dell'attrezzo deve essere eseguita da due persone a causa dell'elevato ingombro e peso.

Il tappeto monta quattro ruote nella parte anteriore, indispensabili per lo spostamento.
Per compiere l'operazione, posizionarsi dietro al piano di corsa posto in verticale e afferrare con le mani i corrimano **F**. Le quattro ruote **G** di spostamento sono in appoggio sul terreno, quindi spingere il tappeto nella direzione desiderata.





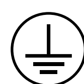


COLLEGAMENTO ELETTRICO



PRIMA DI COLLEGARE LA SPINA ELETTRICA.

È Obbligatorio verificare che l'impianto abbia caratteristiche idonee verificando i dati tecnici riportati sulla targhetta.



È Obbligatorio verificare che la presa al muro sia adatta per il tipo di spina e che disponga di "presa di terra".

È Obbligatorio verificare che l'interruttore di rete sia in posizione "O" - Off.



PRECAUZIONI PER LA SPINA ELETTRICA E IL CAVO DI RETE

È Obbligatorio collegare la spina elettrica ad una presa da parete che sia sufficientemente distante dal prodotto per evitare cortocircuiti che potrebbero venire causati da gocce di sudore e dall'acqua**.**

È Vietato fare passare il cavo di rete sotto al telaio e tra gli elementi mobili del sistema di inclinazione.

È Vietato utilizzare prese multiple o prolunghe, utilizzare solamente adattatori conformi **H**.

Il prodotto è corredato di cavo elettrico di rete con spina elettrica **I** di tipo Schuko che deve essere collegata ad una appropriata presa a muro con tensione nominale fino a 230 VAC, dotata di messa a terra.

Nel lato anteriore del vano motore, si trovano la presa **L** alla quale viene allacciato il cavo di rete e l'interruttore generale **M** con il quale si accende e si spegne il prodotto, ed infine un dispositivo di protezione **N** contro gli sbalzi di tensione.

In caso di intervento del dispositivo di protezione i display e la spia rossa dell'interruttore di rete si spengono immediatamente.
Per ripristinare il normale funzionamento occorre attendere almeno cinque minuti, dopodiché riattivare il dispositivo di protezione premendo il pulsante di riarmo **N**.



PRINCIPI DI ALLENAMENTO

Prima di cominciare ad utilizzare il prodotto è consigliato consultare il proprio medico per una verifica delle condizioni fisiche e per valutare con lui particolari precauzioni conseguenti alla pratica di questa attività fisica.
Per tutti coloro che sono poco allenati si deve cominciare ad utilizzare il prodotto poco per volta, con sessioni di allenamento di breve durata ai primi approcci, e aumentare i tempi di allenamento giornaliero gradualmente, cercando di rimanere costanti.
Si consiglia di preparare i muscoli interessati al movimento effettuando adatti esercizi di stretching e di riscaldamento prima di ogni sessione di allenamento.

Monitorando le pulsazioni cardiache durante l'allenamento si può finalizzare la propria attività per 3 obiettivi:
- Regime idoneo a bruciare grassi: mantenendo un regime cardiaco **tra 60% e 75%** si possono consumare calorie senza dover fare sforzi;
- Regime idoneo al miglioramento delle capacità respiratorie: mantenendo un regime cardiaco **tra 75% e 85%** si possono allenare i polmoni, lavorando a regime aerobico;
- Regime idoneo al miglioramento delle capacità cardiovascolari: mantenendo un regime cardiaco **tra 85% e 100%** si può allenare il cuore lavorando, a regime anaerobico.

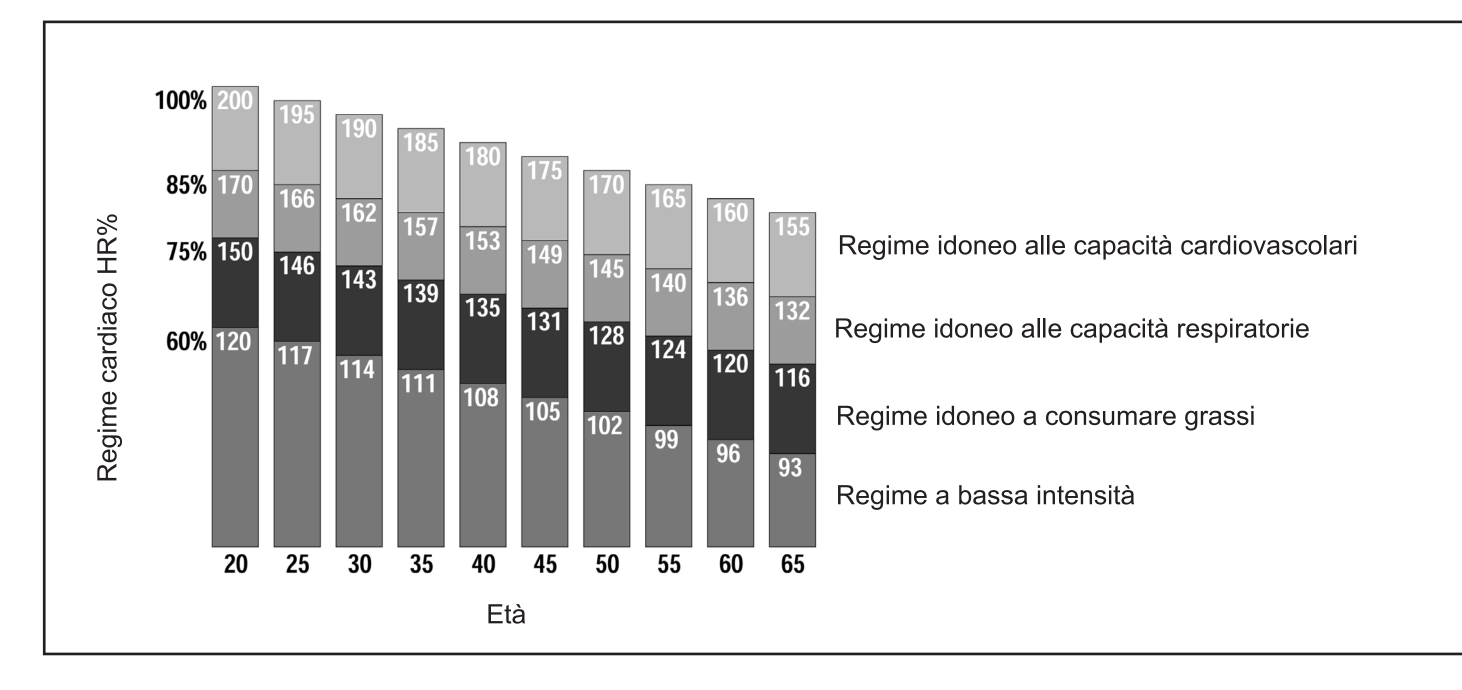
L'attività in regime di allenamento anaerobico è consentita solo a sportivi professionisti bene allenati.

Una seduta di allenamento comprende tre fasi.

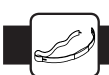
Riscaldamento: fare alcuni esercizi per il riscaldamento e lo scioglimento dei muscoli, per portare il corpo in temperatura e preparare cuore e polmoni.

Attività sull'attrezzo: partire con una intensità moderata e aumentare gradualmente l'intensità dell'esercizio fino a quando il battito cardiaco raggiunge il valore di soglia desiderato. Mantenere più costante possibile la frequenza cardiaca sul valore di soglia.

Raffreddamento: al termine della seduta di utilizzo del prodotto, rilassarsi praticando il defaticamento per alcuni minuti con degli esercizi di stretching.







CARDIOFREQUENZIMETRO A FASCIA (OPTIONAL)



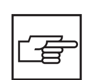
AVVERTENZE PER IL CARDIOFREQUENZIMETRO

- **È obbligatorio** prima di utilizzare il cardiofrequenzimetro a fascia, leggere con la massima attenzione le istruzioni di questa pagina e quelle eventuali fornite dal costruttore.
- **È obbligatorio** dopo ogni utilizzo pulire e asciugare accuratamente il trasmettitore e la fascia elastica, per evitare una scarica precoce della batteria, quindi staccare il trasmettitore e riporlo separato dalla fascia elastica.
- **È obbligatorio** pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata a mano con normale detergente.
- **È obbligatorio** conservare fascia e trasmettitore fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo da garantirne la buona asciugatura.

Il cardiofrequenzimetro Polar® T34 compatibile con il ricevitore installato nell'attrezzo, è costituito da due elementi: il trasmettitore che invia i segnali radio alla plancia e la fascia elastica che permette il bloccaggio del trasmettitore al torace. Il trasmettitore è del tipo 'sigillato', la batteria integrata ha una durata dichiarata di 2500 ore in condizioni di servizio, dopodiché è necessario sostituire il cardiofrequenzimetro.

1) Agganciare un'estremità del trasmettitore alla fascia elastica.
2) Regolare la lunghezza della fascia elastica (in base al proprio torace), agendo sull'apposita fibbia.

   Posizionare la fascia elastica appena sotto ai pettorali o sotto i seni, come mostrato, quindi agganciare l'altro capo della fascia elastica al trasmettitore.
3) Sollevare il trasmettitore e inumidire con le dita bagnate d'acqua gli elettrodi posti sul retro.
4) Verificare che la superficie con gli elettrodi aderisca bene sulla pelle.



L'indicazione delle pulsazioni cardiache misurate tramite il cardiofrequenzimetro è soltanto un valore di riferimento utile a monitorare la frequenza del cuore a seconda del regime di allenamento che si intende svolgere e per ottenere un riferimento per il consumo calorico. In nessun caso la misura rilevata dal cardiofrequenzimetro può essere considerata come dato medico.

Fascia elastica

Trasmettitore

1

2

3

4





CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI

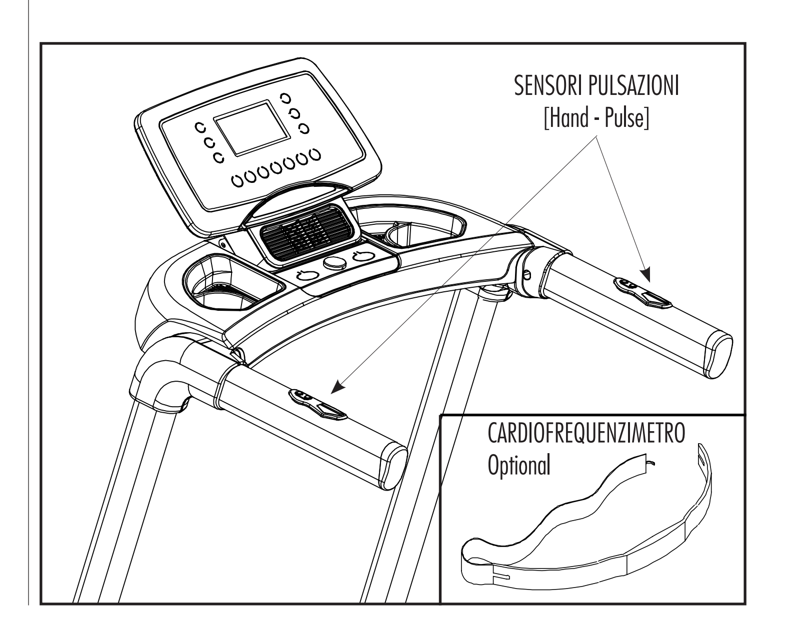


AVVERTENZE PER L'USO DELL'ATTREZZO

- **È obbligatorio** agganciare correttamente la chiave di sicurezza attaccando la clip ai vestiti del girovita prima di cominciare un allenamento. Nel caso in cui vogliate arrestare immediatamente il nastro, tirare semplicemente la corda per staccare la chiave magnetica di sicurezza dalla plancia. Per riprendere l'allenamento riposizionare la chiave nella sede sulla plancia.
- **È obbligatorio** togliere la chiave di sicurezza quando l'attrezzo non viene utilizzato, la chiave deve essere custodita lontano dai bambini.
- **È obbligatorio** procedere gradualmente nell'utilizzo dell'attrezzo. Usare i corrimano quando è necessario. Andare a passo lento quando la velocità del nastro è bassa. Non rimanere fermi quando il nastro è in movimento.
- **È obbligatorio** avviare l'esercizio rimanendo con i piedi sulle pedane laterali; dopo che il nastro ha iniziato a scorrere a velocità minima, iniziate a camminarvi sopra lentamente.
- **È vietato** cercare di cambiare direzione durante la marcia, è necessario mantenere sia il viso che la parte frontale del corpo verso la plancia di controllo.
- **È vietato** accendere l'attrezzo mentre qualcuno si trova sopra al nastro.
- **È vietato** l'utilizzo contemporaneo di più persone sul piano di corsa.

Chi si accinge ad utilizzare l'attrezzo per la prima volta dovrà anzitutto familiarizzare con la plancia di comando, prima di avventurarsi in un programma di allenamento.

1) Accendere l'attrezzo agendo sull'interruttore di rete, la spia rossa dell'interruttore si illumina, inserire la chiave di sicurezza nell'apposito alloggiamento, la plancia di comando per un istante esegue il test accendendo tutti i display, quindi emette un suono prolungato.
2) Salire sul piano di corsa da un lato e porsi in posizione centrale mantenendo i piedi sulle pedane laterali.
3) Premere il pulsante START per partire immediatamente con l'allenamento alla velocità minima, appoggiandosi ai corrimano, iniziare a camminare con cadenza normale e passo sciolto, mantenere per qualche tempo una velocità bassa così da familiarizzare con la sensazione del tappeto rotante.
4) Quando ci si sente a proprio agio aumentare la velocità di rotazione del tappeto premendo il pulsante SPEED + e abbandonare la presa delle mani fino a muoversi con tranquillità. Per una maggiore comodità si consiglia di usare i pulsanti remoti, velocità e inclinazione che si trovano sui corrimano.
5) Durante l'allenamento è importante mantenere una adeguata concentrazione per evitare incidenti.
6) È consigliabile mantenere una corretta postura di corsa con sguardo in avanti e non modificare la propria posizione soprattutto alle velocità più elevate.
7) Durante l'esercizio valutare spesso il battito cardiaco, impugnando con entrambe le mani i sensori pulsazioni sui corrimano oppure indossando il cardiofrequenzimetro (optional), il dato verrà visualizzato sul display 'PULSE'.







PLANCIA DI CONTROLLO - (DISPLAY)

TIME
- Mostra il tempo di DURATA dell'esercizio, partendo da zero, oppure il conteggio alla rovescia dal tempo impostato fino a zero.

CALORIES
- Mostra il CONSUMO DI CALORIE durante l'esercizio (espresso in Kilocalorie, valore teorico).

PULSE
- Mostra la FREQUENZA CARDIACA, rilevata dal cardiofrequenzimetro (optional) e dai sensori di rilevazione pulsazioni. Il valore viene misurato in bpm (battiti al minuto). La misura visualizzata sul display è soltanto un dato di riferimento approssimato e in nessun caso può essere considerato come una misura di carattere medico.

SPEED
- Mostra la VELOCITÀ del nastro in km/ora.

INCLINE - Inclinazione piano di corsa
- Mostra il livello di inclinazione del piano di corsa.

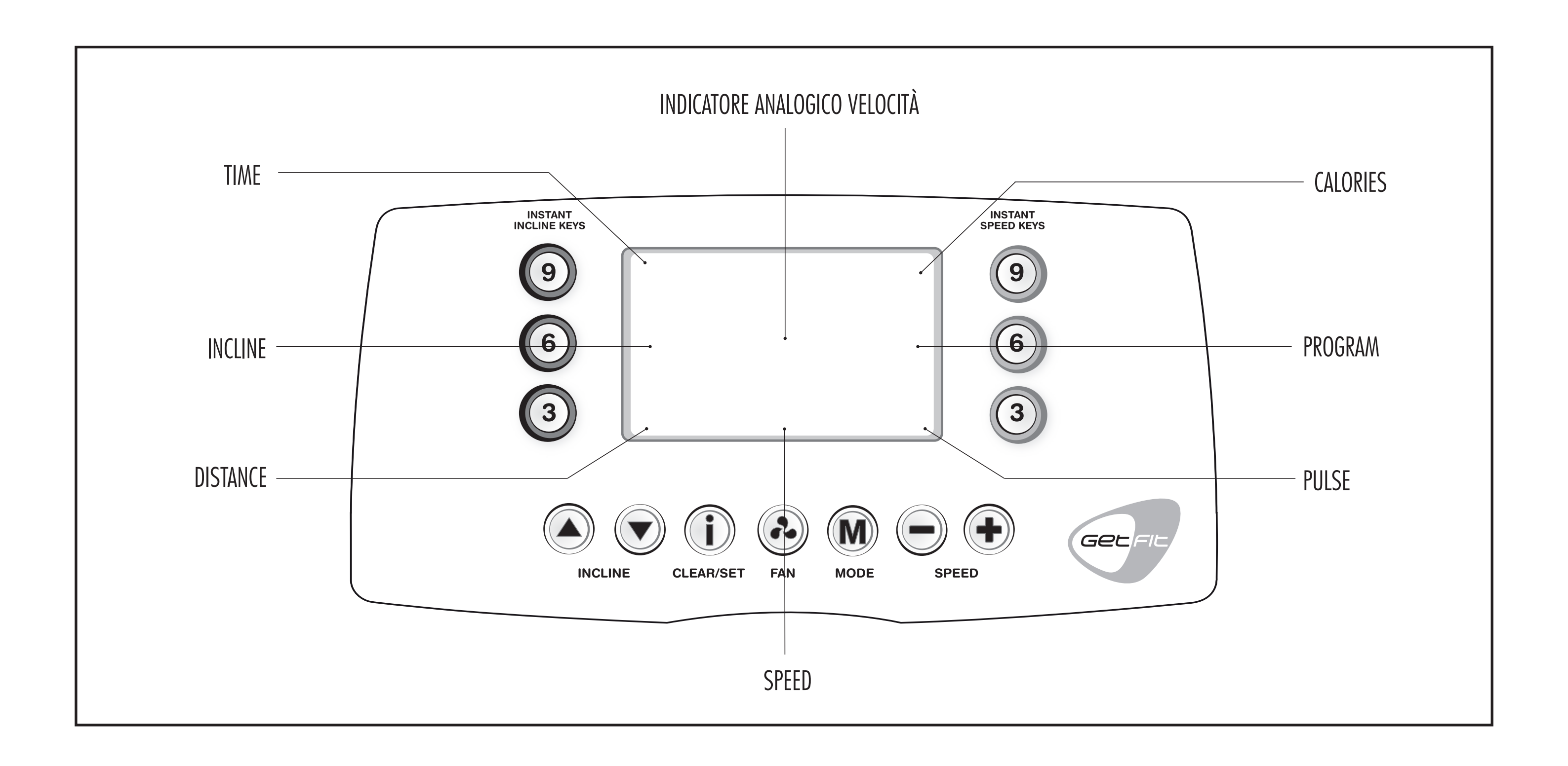
DISTANCE
- Mostra la DISTANZA parziale percorsa dall'inizio dell'esercizio.

INDICATORE ANALOGICO DI VELOCITÀ
- Mostra la velocità su un orologio analogico senza riferimenti.

PROGRAM
- Mostra il numero di programma selezionato, oppure il programma da selezionare, nel caso le cifre sul display lampeggino.



NOTA: dopo alcuni minuti di inattività, la plancia si spegne automaticamente per un maggior risparmio energetico.





ITALIANO



PLANCIA DI CONTROLLO - (PULSANTI)

START
Premere il pulsante verde per avviare l'esercizio e fare partire il nastro a velocità minima in tutte le modalità d'uso dell'attrezzo.

STOP
- Premere il pulsante rosso per fermare il nastro e l'esercizio in esecuzione. I dati dell'esercizio vengono mantenuti in pausa; si può concludere subito l'esercizio premendo STOP oppure ripartire con START.
- Durante l'impostazione dei dati di programma, premere STOP per azzerare l'impostazione precedente.

SPEED +/- - Velocità del nastro
- Nel corso di un esercizio, agire sui pulsanti SPEED per aumentare o diminuire la velocità del nastro. Premere una volta per piccole variazioni, mantenere premuto il pulsante per variare velocemente il valore.
- Prima dell'esercizio, permettono di impostare gli "obiettivi di target" dopo la pressione del pulsante CLEAR/SET.

INCLINE UP/DOWN - Inclinazione del nastro di corsa
- Nel corso di un esercizio, agire sui pulsanti INCLINE per aumentare o diminuire l'inclinazione del nastro: premere una volta per piccole variazioni, mantenere premuto il pulsante per variare velocemente il valore.

MODE
- Premere il pulsante MODE per selezionare uno dei 24 programmi pre-impostati disponibili.

CLEAR/SET
- In modalità manuale "Modo Countdown", premere il pulsante CLEAR/SET per selezionare uno degli "obiettivi di target": durata, distanza o consumo di calorie, che possono essere impostati agendo sui pulsanti SPEED.
- Nel programma HRC, premere il pulsante CLEAR/SET per confermare i dati di programma introdotti.

SELEZIONE RAPIDA VELOCITÀ E INCLINAZIONE
Quando viene premuto uno dei tasti di selezione rapida il tappeto si porta al livello di velocità o inclinazione indicato dal pulsante stesso.

PULSANTI ERGONOMICI
Sul corrimano si trovano replicati i pulsanti per il controllo agevole di velocità nastro e inclinazione piano.

CHIAVE DI SICUREZZA
La chiave di sicurezza è un dispositivo di sicurezza molto importante. Staccare la chiave dopo ogni utilizzo del prodotto. Collegare la chiave di sicurezza prima di cominciare l'allenamento con il prodotto; quando la chiave non è inserita la plancia rimane spenta.
La chiave di sicurezza ha una corda e una clip che deve essere fissata alla cintura dei pantaloncini.

FAN
- Premere FAN per accendere e spegnere la ventola.



PROGRAMMA MANUALE

Accensione

- Per accendere l'attrezzo premere l'interruttore rosso I=ON O=OFF posto nella parte anteriore, a fianco della presa di rete. Quando l'attrezzo è alimentato si accende la spia rossa integrata all'interruttore.

  Dopo l'accensione posizionare la chiave di sicurezza nella sede sulla plancia; ora i display eseguono la diagnostica per la verifica dei segmenti e per un breve periodo tutti i LED si accendono.

  La plancia si spegne automaticamente dopo un periodo di inattività di alcuni minuti.

Modo QuickStart

- Accendere l'attrezzo salire sul piano di corsa e collegare la chiave di sicurezza sulla plancia.
- Premere START, dopo il conteggio alla rovescia di tre secondi il tappeto parte a velocità minima.
- Agire sui pulsanti SPEED e INCLINE per regolare velocità e inclinazione, indicate sui relativi display.
- TIME, DISTANCE, CALORIES incrementano i valori in base allo svolgersi dell'esercizio, PULSE visualizza la frequenza cardiaca quando vengono impugnate le piastre di rilevazione pulsazioni sui corrimano oppure quando viene indossato il cardiofrequenzimetro optional.
- Agendo sui pulsanti a selezione rapida, si può passare velocemente ai relativi valori di velocità o inclinazione indicati sul pulsante.
- L'esercizio può essere fermato in qualunque momento premendo il pulsante STOP.

Modo Countdown

Tramite la modalità manuale si possono eseguire allenamenti nella massima libertà potendo regolare la velocità del tappeto in qualsiasi momento dell'allenamento.
Rispetto alla modalità Quick Start, in modalità manuale si possono impostare degli obiettivi di target, indirizzando l'allenamento sulla Durata o sulla Distanza desiderata, oppure sulle Calorie che si desidera consumare.

- Accendere l'attrezzo salire sul piano di corsa e collegare la chiave di sicurezza sulla plancia.
- Premere il pulsante CLEAR/SET per accedere alla modalità di impostazione degli obiettivi di target.
- Quindi premere ancora CLEAR/SET per scegliere come definire il proprio allenamento, il display corrispondente alla funzione scelta lampeggia e si può decidere di impostare la durata, oppure la distanza oppure consumo di calorie come obiettivi di target.
- Agire tramite i pulsanti SPEED +/- per impostare uno degli obiettivi di target sul display corrispondente (lampeggiante): durata, distanza oppure consumo di calorie.
- Premere START, dopo il conteggio alla rovescia di tre secondi il tappeto parte a velocità minima.
- Agire sui pulsanti SPEED e INCLINE per regolare velocità e inclinazione, indicate sui relativi display.
- Il display relativo all'obiettivo di target selezionato visualizza il conteggio alla rovescia partendo dal valore impostato fino a zero.
- Agendo sui pulsanti a selezione rapida, si può passare velocemente ai relativi valori di velocità o inclinazione indicati sul pulsante.
- L'esercizio termina alla fine del conteggio alla rovescia dell'obiettivo di target impostato, l'arresto del nastro è preceduto da un richiamo acustico agli ultimi 3 secondi. Premendo il pulsante STOP, l'esercizio può essere fermato in qualunque momento.



PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI

Il computer che gestisce l'attrezzo dispone di 24 programmi pre-impostati studiati per realizzare un buon allenamento cardiofitness.

I profili di allenamento nei programmi P15-P24 prevedono il controllo automatico abbinato di velocità e inclinazione del piano di corsa.
Per questo motivo l'intensità dell'allenamento è molto sostenuta, i programmi P15-P24 devono quindi essere impiegati SOLO da persone ben allenate e in perfetta forma fisica.

- Accendere l'attrezzo salire sul piano di corsa e collegare la chiave di sicurezza sulla plancia.

- Premere il pulsante MODE per selezionare uno dei 24 programmi pre-impostati disponibili.
  I programmi di allenamento P1-P14 dispongono di regolazione automatica della velocità del nastro di corsa sono adatti per allenamenti semplici e completi.
  La velocità automatica può essere modificata in qualunque momento agendo sui pulsanti SPEED.
  I programmi di allenamento P15-P24 dispongono di regolazione automatica della velocità del nastro e dell'inclinazione e sono piuttosto impegnativi, adatti per persone adulte e ben allenate.

- Per impostare la Durata dell'allenamento premere il pulsante CLEAR/SET e agire sui pulsanti SPEED, impostando la durata del programma sul display TIME.

- Per partire immediatamente premere START.
  Dopo un conteggio alla rovescia di tre secondi il nastro parte con il profilo del programma selezionato.

- Durante l'esercizio l'utilizzatore ha la facoltà di modificare la velocità e l'inclinazione del nastro manualmente, agendo sui pulsanti SPEED si varia la velocità, mentre agendo sui pulsanti INCLINE si cambia il livello di inclinazione del piano, tale variazione ha una durata di un minuto, dopodichè i valori torneranno quelli previsti dal programma.
  La durata di ciascun programma è di 30 minuti, l'arresto del nastro è preceduto da un richiamo acustico agli ultimi 3 secondi.
  Premendo il pulsante STOP, l'esercizio può essere fermato in qualunque momento.

PROGRAMMA HRC

Il programma HRC è un sistema di allenamento nel quale il computer regola automaticamente l'inclinazione del piano di corsa e la velocità a seconda della frequenza cardiaca rilevata.
Il programma può funzionare anche tramite rilevazione delle pulsazioni cardiache ad opera dei sensori posti sui corrimano, tuttavia in caso di assenza del segnale di riferimento cardiaco per più di 10 secondi il programma si arresta ed il display mostra l'indicazione "Pulse", rimanendo in attesa del segnale per riprendere l'allenamento.
Per questo motivo e per una migliore comodità nell'uso è quindi consigliato l'uso del cardiofrequenzimetro (optional).

- Accendere l'attrezzo salire sul piano di corsa e collegare la chiave di sicurezza sulla plancia.

- Premere il pulsante MODE fino a selezionare la modalità: HRC (programma controllato dalla frequenza cardiaca).

- Premere il pulsante CLEAR/SET per selezionare uno dei due profili utente HR1-HR2 impostati, quindi premere CLEAR/SET per confermare. Esempio:
  HR1=(220-età)x60% = regime dimagrante
  HR2=(220-età)x80% = regime cardiorespiratorio

- Impostare (Weight) il **Peso** dell'utilizzatore, agire sui pulsanti SPEED e premere il pulsante CLEAR/SET.

- Impostare (Age) l'**Età** dell'utilizzatore, agire sui pulsanti SPEED e premere il pulsante CLEAR/SET.

- Impostare il valore di soglia della frequenza cardiaca che l'utilizzatore deve mantenere durante l'esercizio HRC:
  \- HR% il **Valore di soglia cardiaca** può essere impostato entro un range 60% ÷ 85% del valore di soglia massimo calcolato in base all'età introdotta, agire sui pulsanti SPEED e premere il pulsante CLEAR/SET.



Il valore di soglia deve essere introdotto a seconda dei risultati che si desidera ottenere per il proprio allenamento e in base al proprio stato fisico, a tal proposito leggere il capitolo: "Principi di Allenamento".

- Impostare (TIME) la **Durata** del programma (default: 20 minuti), agire sui pulsanti SPEED e premere il pulsante CLEAR/SET.

- Per cominciare il programma HRC indossare il cardiofrequenzimetro (optional) e premere il pulsante START.
  Durante l'esercizio il livello di inclinazione del piano di corsa e la velocità vengono controllate dal computer a seconda della frequenza cardiaca.



ITALIANO

PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI (dati: velocità e inclinazione)

MODE \ TIME		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
P-1		1	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P-2		1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	1
P-3		2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
P-4		2	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	1
P-5		3	4	6	8	10	8	6	4	2	2	2	4	6	8	10	8	6	4	2	2	2	4	6	8	10	8	6	4	2	2
P-6		3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	3	1
P-7		4	2	6	6	8	10	6	6	2	2	2	2	6	6	8	10	6	6	2	2	2	2	6	6	8	10	6	6	2	2
P-8		4	5	5	5	6	6	6	8	8	8	5	5	5	6	6	6	9	9	9	5	5	5	5	9	9	9	6	6	5	5
P-9		5	3	4	5	2	3	4	5	3	2	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2
P-10		6	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2
P-11		6	6	7	7	7	8	8	8	8	9	9	9	9	9	8	8	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	9	8	8	8
P-12		7	3	4	5	6	5	4	3	2	1	1	3	4	5	6	5	4	3	2	1	1	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P-13		8	4	6	8	6	6	4	4	2	2	1	4	6	8	6	6	4	4	2	2	1	4	6	8	6	6	4	4	2	2
P-14		9	9	9	8	8	8	8	8	7	7	7	7	6	6	6	6	5	5	5	5	4	4	4	4	3	3	2	2	1	1
P15	spd	3	4	5	6	5	6	6	5	4	2	1	2	3	6	7	6	6	5	4	2	6	5	3	6	4	3	6	5	4	2
	inc	3	4	5	6	3	4	5	6	5	4	3	4	5	6	3	4	5	6	3	4	3	4	5	6	3	4	5	6	5	4
P16	spd	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	inc	2	4	6	8	10	12	10	8	6	4	2	4	6	8	10	12	10	8	6	4	2	4	6	8	10	11	10	8	6	4
P17	spd	5	5	3	3	3	9	9	9	9	7	7	7	6	6	9	9	9	9	5	5	5	7	7	7	7	6	6	6	6	6
	inc	3	7	7	9	11	9	7	7	3	3	3	7	7	9	11	9	7	7	3	3	3	7	7	9	11	9	7	7	3	3
P18	spd	1	2	6	6	8	10	6	6	2	2	1	2	6	6	8	10	6	6	2	2	1	2	6	6	8	10	6	6	2	2
	inc	7	5	3	5	9	4	2	4	6	8	10	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	2	1	2	1	2	1	1	2	0
P19	spd	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2	1	3	4	5	2	3	4	5	3	2	1	3	4	5	2	3	4	5	3	2
	inc	3	1	2	3	4	4	3	2	1	0	1	1	2	3	4	4	3	2	1	0	1	1	2	3	4	4	3	2	1	0
P20	spd	3	4	6	2	4	6	2	4	6	2	1	4	6	2	4	6	2	4	6	2	1	4	6	2	4	6	2	4	6	2
	inc	1	3	5	7	9	11	9	7	5	3	1	3	5	7	9	11	9	7	5	3	1	3	5	7	9	11	9	7	5	3
P21	spd	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	7	7
	inc	0	3	3	3	3	3	3	3	6	6	6	6	6	6	6	10	10	10	10	10	10	10	3	3	3	3	3	3	0	0
P22	spd	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	5	5	5	5	5	5	3	3
	inc	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
P23	spd	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6	6	5	5
	inc	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P24	spd	3	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	3	3	3	3	3	3	3	1
	inc	0	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	0





PAUSA E ARRESTO DI EMERGENZA

- Quando il nastro è in funzione, premere una volta il pulsante STOP per fermarlo e mettere in pausa l'esercizio. I dati correnti vengono mantenuti per alcuni minuti, entro i quali è possibile riprendere l'esercizio da dove lo si era interrotto premendo il pulsante START.



Quando si riprende un allenamento in Pausa, prepararsi all'accelerazione del nastro che si riporterà alle condizioni di velocità e inclinazione precedenti allo stato di Pausa.

- In condizione di pausa premere il pulsante STOP per concludere l'esercizio, azzerare i dati registrati e tornare alla condizione di inizio.

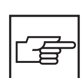
ARRESTO DI EMERGENZA:

Per fermare immediatamente un esercizio ed arrestare il nastro, estrarre la chiave di sicurezza dalla sua sede.



DOTAZIONI SPECIALI

- FAN
  La ventola integrata nella plancia permette di rinfrescare il viso dell'utilizzatore durante l'esercizio. Per accendere e spegnere la ventola premere sul pulsante Fan.



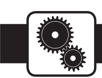
Si consiglia l'uso della ventola dall'inizio dell'esercizio, è sconsigliato accendere la ventola quando si è già accaldati e sudati.



È vietato inserire oggetti tra le grate della ventola.

- CARDIOFREQUENZIMETRO
  L'attrezzo incorpora un radio-ricevitore compatibile con i trasmettitori a fascia toracica del tipo Polar® T34 (non fornito).





MANUTENZIONE



Prima di effettuare qualsiasi operazione di pulizia o di manutenzione, spegnere l'attrezzo agendo sull'interruttore di rete e staccare la spina di alimentazione dalla presa a muro.



È obbligatorio mantenere l'attrezzo sempre pulito e privo di polvere.



È vietato utilizzare sostanze infiammabili o nocive per la pulizia. Non usare solventi per pulire le parti di plastica ma soltanto prodotti a base di acqua e panni morbidi.



È vietato utilizzare solventi quali il petrolio, l'acetone, la benzina, il tetracloride di carbonio, l'ammoniaca e olio contenente sostanze cloriche possono danneggiare e corrodere le parti di plastica.

- Ogni settimana pulire il piano di corsa e le pedane laterali, utilizzando una spugna inumidita di acqua e sapone neutro, inoltre portare l'inclinazione al massimo livello e con un aspirapolvere pulire il pavimento sottostante.
- Per pulire la plancia utilizzare un panno umido e non bagnato.
- Fare attenzione, quando si pulisce l'attrezzo a non strofinare con troppa forza sul pannello comandi.



LUBRIFICAZIONE



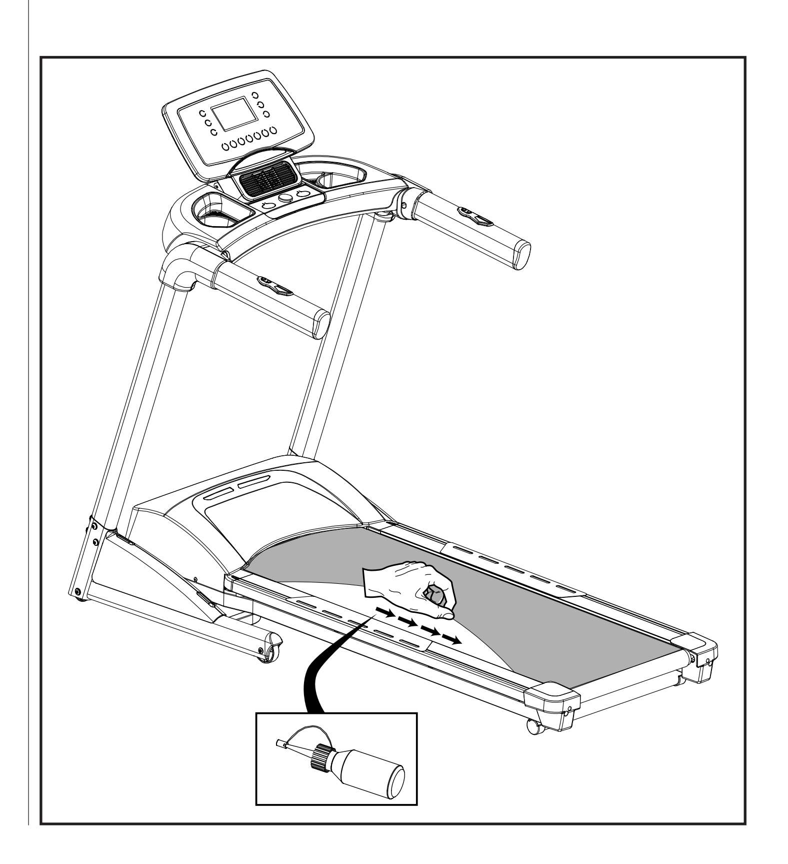
La lubrificazione del piano di corsa è una operazione importante e deve essere effettuata prima dell'uso.
La mancata lubrificazione del piano di corsa porta alla rottura del motore e invalida la garanzia.



È obbligatorio lubrificare il piano di corsa mediante l'apposito lubrificante siliconico in dotazione ogni 10 ore di utilizzo o dopo un lungo periodo di inattività e in ogni caso tutte le volte che il piano di corsa vi sembri troppo asciutto.

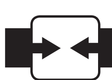
Procedure per la lubrificazione del piano di corsa:

- Spegnere l'attrezzo e staccare la spina di rete.
- Sollevare il bordo del nastro dal lato sinistro.
- Lubrificare con tre spruzzi, mediante la bomboletta di olio spray (oppure tre gocce di olio lubrificante, a seconda della dotazione), impiegare il lubrificante in dotazione oppure olio di vaselina.
- Ripetere l'operazione sulla parte destra del nastro.
- Fare partire il nastro e camminare per alcuni minuti a bassa velocità.





ITALIANO

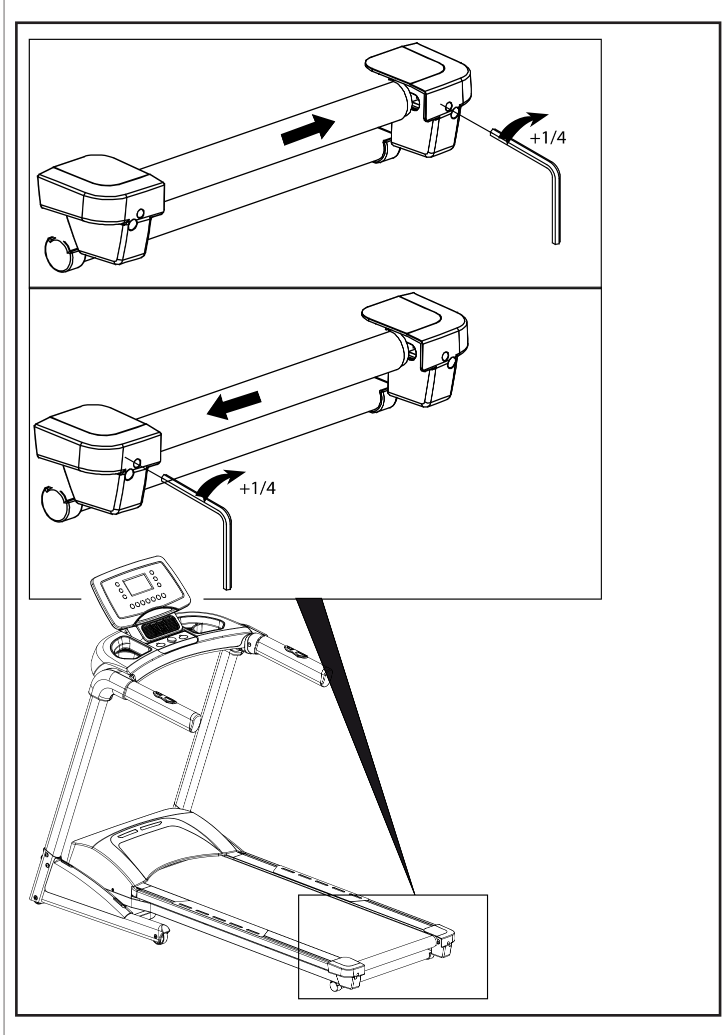


TENSIONAMENTO E CENTRATURA NASTRO



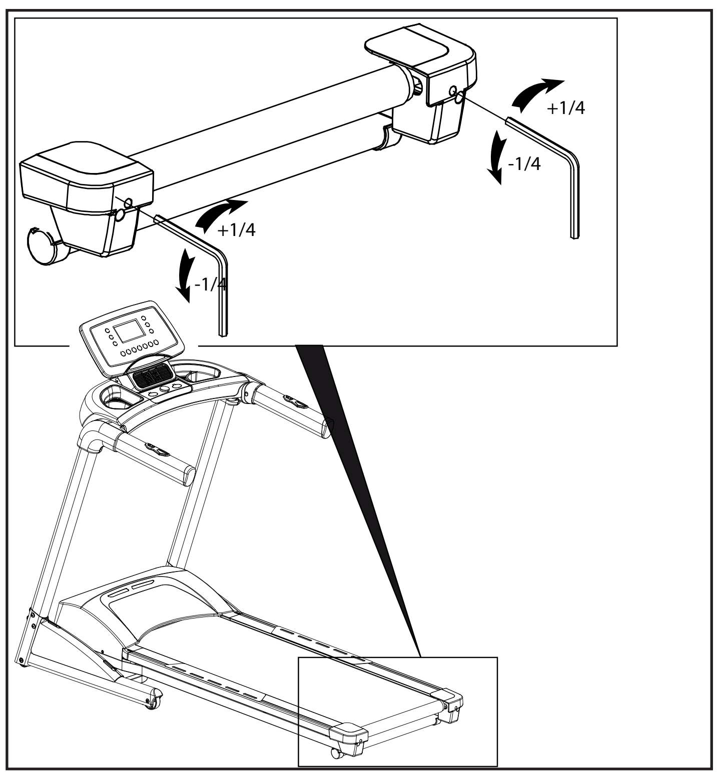
Prima delle operazioni di centratura o tensionamento, spegnere l'attrezzo agendo sull'interruttore di rete e staccare la spina di alimentazione dalla presa a muro.

- Nel caso il nastro scorrevole tenda ad andare, durante il rotolamento, verso destra è necessario intervenire sulla vite di regolazione destra, girando in senso orario un quarto di giro per volta.
- Dopo ogni regolazione fate funzionare il nastro per verificare l'efficacia dell'intervento.
- Se continuasse ad andare verso destra, semplicemente regolare la vite a sinistra di un quarto di giro in senso anti orario. Le stesse regole valgono nel caso il nastro tenda ad andare verso sinistra.



Ruotare le viti di tensionamento per non più di 1/4 di giro alla volta.
Una eccessiva tensione del nastro può causare un precoce deterioramento delle pulegge, dei cuscinetti e del motore.

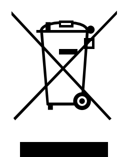
- Nel caso il nastro dovesse risultare poco teso, avvitare in senso orario entrambe le viti di un quarto di giro; se al contrario il nastro risultasse troppo teso svitare le viti di un quarto di giro in senso antiorario.







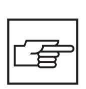
SMALTIMENTO



Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea 2002/96/CE per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (WEEE).



Il simbolo con la sigla ROHS indica che il prodotto è stato realizzato secondo le norme internazionali per il trattamento di sostanze pericolose contenute nei componenti elettrici ed elettronici (RoHS - Restriction of Hazardous Substances).



Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente (nelle nazioni dell'Unione Europea), conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.





ESPLOSO RICAMBI

ITALIANO





LISTA RICAMBI

Pos.	Descrizione	Q.tà
1	Telaio piano di corsa	1
2	Telaio vano motore	1
3	Braccio inclinazione	1
4	Montante dx	1
5	Montante sx	1
6	Supporto plancia e corrimano	1
7	Asta di sicurezza - Sfilo esterno	1
8	Asta di sicurezza - Sfilo interno	1
10	Motore inclinazione	1
11	Cinghia trasmissione	1
12	Staffa supporto motore	1
13	Motore trasmissione	1
14	Nastro di corsa	1
15	Piano di corsa	1
16	Puleggia anteriore [motrice]	1
16-3	Magnete per sensore velocità	1
17	Puleggia posteriore [rinvio]	1
18	Asta di rinforzo	1
19	Albero ruota anteriore	2
20	Albero ruota posteriore	2
21	Plancia assemblata	1
21-1	Plancia - Mascherina superiore	1
21-2	Plancia - Mascherina inferiore	1
21-3	Plancia - Inserto porta libro	1
21-6	Ventilatore	1
21-10	Vite autofilettante ST3,5x32mm	4
21-12	Cablaggio computer 11P 350 mm	1
21-13	Cablaggio computer 10P 350 mm	1
21-14	Cablaggio superiore ricevitore HR	1
22	Staffa di chiusura	2
23	Coperchio base montante sx	1
24	Coperchio base montante dx	1
25	Coperchio superiore vano motore	1
26	Copri rullo posteriore sx	1
27	Copri rullo posteriore dx	1
28	Piastre cardio + pulsanti remoti speed	1
29	Piastre cardio + pulsanti remoti incline	1
30	Interruttore di sicurezza	1
31	Interruttore di rete	1
32	Porta-ruota	2
33	Ruota di spostamento anteriore	2
34	Ruota di spostamento posteriore	2
35	Cuscinetti ammortizzanti piano di corsa	6
36	Manopola corrimano	2
37	Pedana laterale	2
38	Inserto antiscivolo adesivo	2
40	Ancora filettata	5
43	Tappo in plastica quadrato	2
44	Chiave di sicurezza (Safety key)	1
45	Presa di rete da pannello	1
46	Sensore di velocità cablato	1
48	Cavo di rete	1
49	Cablaggio bianco 100 mm	1
50	Cablaggio nero 100 mm	1
51	Cablaggio nero 100 mm	1

Pos.	Descrizione	Q.tà
52	Scheda elettronica di potenza	1
53	Cablaggio computer [1900 mm - superiore]	1
55	Cablaggio computer [700 mm - intermedio]	1
57	Coperchio inferiore vano motore	1
58	Vite 1/2”x1”	2
59	Vite 3/8”x 3-3/4”	1
60	Vite autofilettante ST3.0x10 mm	1
62	Vite 3/8” x 3/4”	4
63	Vite M8x60 mm	1
64	Vite M8x12 mm	2
65	Vite 5/16”x2-3/4”	2
66	Vite 3/8”x4-1/2”	1
67	Vite 3/8” x 2”	4
68	Bullone 1/2”x28mm	2
69	Vite M8x3”	2
70	Vite M6x1”	6
73	Vite 5x16 mm	13
74	Vite autofilettante ST3,5x12 mm	22
75	Dado autobloccante 1/2”x 8T	4
76	Dado autobloccante 3/8”x 7T	4
77	Dado autobloccante 5/16”x 7T	3
78	Dado autobloccante M8 x 7T	1
79	Rondella spaccata 3/8”x 2T	6
80	Rondella spaccata M8x 1,5T	2
81	Rondella spaccata M5	3
82	Rondella piana 3/8”x 19 x 1,5T	4
83	Rondella piana 3/8”x 25 x 2T	5
84	Rondella piana 5”x 13 x 1,0T	10
85	Rondella in plastica Ø50xØ13x3T (B)	4
86	Rondella in plastica Ø10xØ25x3T (A)	2
87	Rondella concava Ø6,5xØ25x1,5T	8
88	Rondella a stella M5	3
89	Dado M5x2T	2
90	Vaschetta borracce assemblata	1
90-1	Coperchio anteriore vaschetta borracce	1
90-3	Alloggio chiave di sicurezza	1
90-5	Vite autofilettante ST3x10 mm	2
90-7	Cablaggio 100 mm	1
90-8	Cablaggio computer 100 mm	1
91	Vite autofilettante ST4x12 mm	12
92	Guida nastro	2
93	Vite M5x16 mm	30
94	Vite M5x19 mm	5
95	Pistone a gas	1
96	Vite M8x1”x1/4”	2
99	Vite 5/16” x 1/2”	14
100	Rondella 5/16”x 18 x 1,5T	6
101	Rondella ondulata 5/16”x 23 x 1,5T	8
102	Chiave esagonale M5 + giravite	1
103	Chiave esagonale M6	1
104	Lubrificante piano di corsa	1
105	Piede posteriore	2
106	Coperchio posteriore vaschetta borracce	1
110	Vite autofilettante ST3,5x25 mm	2
111	Vite autofilettante ST 3,5x16 mm	5







LISTA RICAMBI

Pos.	Descrizione	Q.tà
112	Rondella in plastica	5
113	Angolare pedana laterale dx	1
114	Angolare pedana laterale sx	1
125	Vite M5x25 mm	2
126	Vite M5x35 mm	2
128	Vite M5x12 mm	7
129	Mascherina corrimano esterna sx	1
130	Mascherina corrimano esterna dx	1
131	Mascherina corrimano inf. interna sx	1
132	Mascherina corrimano inf. interna dx	1
133	Mascherina corrimano sup. interna sx	1
134	Mascherina corrimano sup. interna dx	1
135	Vite autofilettante ST3x75 mm	2
136	Tappo in plastica ovale	2
137	Ricevitore HR	1
138	Cavo di collegamento 1000mm	1
139	Giunto	1
140	Asse giunto	1
141	Boccola giunto	2
142	Staffa di fissaggio	2
143	Perno	1
144	Boccola di fissaggio	1
145	Molla a doppia torsione	1
146	Molla di torsione	1
147	Molla tirante cavo d’acciaio	1
148	Cavo d’acciaio	1
149	Leva gancio di sicurezza	1
150	Vite M3x10 mm	1
151	Vite M5x20 mm	1
152	Vite 5/16”x 2”	1
153	Dado autobloccante M5	1
154	Dado M3	1
155	Rondella piana Ø5xØ10x1.0T	2
156	Rondella piana Ø5/xØ13x1.0T	1
157	Rondella spaccata M3	1
158	Trasformatore di rete	3
159	Filtro di rete	1
160	Cablaggio motore	1
161	Vite autofilettante ST4x19 mm	4
162	Cablaggio bianco 150 mm	1
163	Cappuccio dado 19 mm	2
164	Cappuccio dado 14 mm	3
165	Cappuccio dado 13 mm	3
166	Vite 5/16”x18x1,5T	1
167	Vite M3x12 mm	2
168	Inserto laterale telaio	2

Pos.	Descrizione	Q.tà





ORDINE RICAMBI

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova alla pagina precedente.
L'ordine delle parti di ricambio deve riportare le seguenti indicazioni:
1) Marca e modello del prodotto.
2) Nome del particolare da sostituire.
3) Numero di riferimento del particolare.
4) Quantità richiesta.
5) Recapito e informazioni per la spedizione.

Per maggiore chiarezza si consiglia di effettuare l'ordine utilizzando una copia della scheda di seguito proposta.



Il presente catalogo può presentare talune piccole differenze dal prodotto posseduto; possono mancare eventuali aggiornamenti che il costruttore ha applicato nel contempo. In caso di difficoltà nella comprensione di disegni e descrizioni contattare il Centro Assistenza Tecnica al numero verde:

800.046.137 (9:00 AM → 12:00 AM)

SCHEDA PER L'ORDINE DEI RICAMBI

Denominazione

Nome

Cognome

Indirizzo

Tel

Fax

E-mail

Pos.	Descrizione del pezzo	Q.tà	Prezzo cad.	Totale
Costi di trasporto				

Invio della scheda per l'ordine dei ricambi: fax +39 0471.208310
e-mail: assistenzagetfit@sportalliance.it

NB: conferma d'ordine e tempo di consegna viene comunicata telefonicamente dal centro assistenza.





GARANZIA

SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL s.p.a. garantisce la conformità del Prodotto contro i difetti di fabbricazione e la sua idoneità all'uso per il quale è stato specificamente concepito e progettato, ossia per l'esercizio fisico del corpo in ambiente domestico e per un uso esclusivamente sportivo e non terapeutico e/o riabilitativo.

DURATA E VALIDITÀ DELLA GARANZIA

- La Garanzia Convenzionale prestata da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. è valida all'interno dei paesi dell'Unione Europea per un periodo di 24 mesi dalla consegna del Prodotto.
- La presente Garanzia è riferita ai prodotti commercializzati e distribuiti da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. e i suoi partners acquistati dal Consumatore esclusivamente presso un Venditore autorizzato, ed è prestata a titolo meramente convenzionale e nei limiti qui stabiliti; restano salvi ed impregiudicati i rimedi stabiliti dalla legge a favore del consumatore in materia di vendita di beni di consumo di cui alla Parte IV, Titolo III del d.lgs. 6 settembre 2005, n. 206 (Codice del consumo).
- Per le richieste di intervento in Garanzia, il Consumatore deve dichiarare la data di consegna del Prodotto tramite lo scontrino fiscale (o altro documento compatibile), deve inoltre comunicare il nominativo del Venditore e gli estremi identificativi del Prodotto (modello e numero di matricola).

  Nota: per la validità della Garanzia è pertanto necessario conservare con cura lo scontrino fiscale (o altro documento compatibile) riportante gli estremi dell'acquisto.
- Per registrare il prodotto e fruire della Garanzia Convenzionale, si richiede al Consumatore di provvedere alla compilazione online del form di registrazione in internet all'indirizzo: www.sportalliance.it o eventualmente all'invio tramite posta (Sport Alliance International S.p.A. - Via E. Fermi, 14 - 39100 - Bolzano - BZ - Italia), fax (**+39 0471 208310**), oppure e-mail (**assistenzagetfit@sportalliance.it**) del Tagliando di Garanzia, allegato al Manuale Utente, debitamente compilato. La registrazione deve essere effettuata entro un mese dall'acquisto del Prodotto.
- La Garanzia comprende la riparazione o la sostituzione gratuita delle parti componenti il Prodotto che presentino difetti di conformità regolarmente e tempestivamente denunciati dal Consumatore tramite l'avvio della pratica di intervento in garanzia accordata con il nostro Servizio Assistenza al numero verde: **800.046.137** ed imputabili ad un'azione o ad un'omissione del produttore. Si provvederà alla sostituzione dell'intero Prodotto, in luogo della riparazione o della sostituzione di singoli componenti, nel caso in cui tali ultimi rimedi siano oggettivamente impossibili o eccessivamente onerosi.
- La sostituzione dell'intero Prodotto o di un suo componente non comporta una proroga della Garanzia Convenzionale. La Garanzia Convenzionale avrà termine alla scadenza dei 24 mesi dalla data di consegna del Prodotto originario, seguendo il contratto di vendita pattuito. Trascorso il periodo di ventiquattro mesi di garanzia, ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto è totalmente a carico del Consumatore.

ESCLUSIONI DELLA GARANZIA

- *La Garanzia è **esclusa** nei casi seguenti:*

a. mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto (le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel Manuale Utente, allegato alla presente Garanzia, di cui costituisce parte integrante);
b. uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato;
c. manomissioni del Prodotto;
d. trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
e. danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
f. riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati;
g. riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata dal Servizio Assistenza SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A.;
h. difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del Produttore e/o Distributore;
i. la Garanzia NON comprende gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.

- L'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti NON può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.

  Elenco componenti soggetti a normale usura:

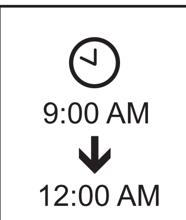
- TAPIS ROULANT, elementi soggetti ad usura per normale utilizzo: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- HOME BIKE, elementi soggetti ad usura per normale utilizzo: pedali e cinghietti, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.

MODALITÀ DI ESECUZIONE INTERVENTI IN GARANZIA

Durante il periodo coperto dalla Garanzia, le prestazioni oggetto della stessa saranno effettuate a titolo completamente gratuito dal Servizio Assistenza del Distributore secondo le modalità e i tempi concordati telefonicamente con il tecnico contattato tramite il numero verde.
È facoltà Consumatore richiedere le eventuali parti di ricambio coperte da garanzia e provvedere alla sostituzione delle stesse secondo le istruzioni concordate con i tecnici del servizio assistenza, mentre nell'eventualità in cui il Prodotto o suoi componenti fossero da sottoporre a riparazione presso la stessa sede di Sport Alliance International S.p.A(indirizzo), sarà cura e spese del Consumatore provvedere alla spedizione del Prodotto da ripararsi o sostituirsi presso la suddetta sede.

Nota: In tale eventualità tutti i rischi correlati al trasporto del Prodotto saranno posti a carico del Consumatore ed in ogni caso SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. non risponderà di eventuali danni arrecati al Prodotto o ai suoi componenti dal trasporto effettuato dal Corriere e/o Vettore.

Qualora il Consumatore risulti irreperibile al momento della consegna presso il suo domicilio del Prodotto riparato o sostituito da parte del Corriere e/o del Vettore incaricato da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A., saranno posti a suo carico i corrispettivi dovuti a Corriere/Vettore relativi alle successive spedizioni, corrispettivi che dovranno essere liquidati al Corriere/Vettore direttamente dal Consumatore all'atto della consegna del Prodotto.







DEUTSCH

INHALTSVERZEICHNIS





WARNHINWEISE

DEUTSCH



OBLIEGENHEITEN

- Das Gerät ist für den Hausgebrauch konzipiert und darf nur in Innenräumen benutzt werden.
- Es darf nur von Personen benutzt werden, die sich in sehr gutem gesundheitlichen Zustand befinden und älter als 16 Jahre sind.
- Lesen Sie vor Benutzung des Gerätes das Benutzerhandbuch genau durch, und halten Sie es immer in Reichweite.
- Informieren Sie weitere Nutzer wie Freunde und Familienangehörige über die korrekte Nutzung des Gerätes.
- Tragen Sie während der Nutzung des Gerätes bequeme Kleidung, bestehend aus Sportschuhen und Trainingsbekleidung oder aber leichte Bekleidung, die für das Lauftraining geeignet ist. Schweißundurchlässige Kleidung oder unbequeme oder für die sportliche Betätigung ungeeignete Schuhe können zu Schäden führen.
- Halten Sie Kinder und Haustiere während der Nutzung des Gerätes von diesem entfernt; bewegliche Teile des Gerätes können zu Körperschäden führen.
- Sollten Sie während des Trainings Schwindel, Brustschmerzen oder Atemlosigkeit verspüren, beenden Sie sofort das Training und rufen Sie einen Arzt.
- Stellen Sie das Gerät nach seiner Verwendung am Netzschalter aus und entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel.
- Kontrollieren Sie regelmäßig, dass alle Teile richtig verschraubt und in gutem Zustand sind.

VERBOTE

- Das Gerät darf nicht in ärztlichen Einrichtungen oder Fitnessstudios verwenden werden.
- Das Gerät darf nicht für Untersuchungen oder für therapeutische oder Rehabilitationszwecke benutzt werden.
- Kinder und Haustiere sind während des Trainings vom Gerät fernzuhalten.
- Flüssigkeitsbehälter sind vom Gerät fernzuhalten.
- Für die Reinigung des Gerätes dürfen keine aggressiven chemischen Substanzen, Bürsten oder kratzende Schwämme verwendet werden.
- Vom Gerät dürfen keine Teile abmontiert werden, es sei denn, es ist im Benutzerhandbuch ausdrücklich vorgeschrieben.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt ist oder schlecht funktioniert. Sollte das Gerät schlecht funktionieren, stellen Sie es aus und rufen Sie den für die Reparatur zuständigen Kundenservice an.
- Tragen Sie während des Trainings keine Kleidung aus synthetischen Materialien oder solche, die Wolle enthält. Das Tragen solcher ungeeigneten Kleidung kann zu hygienischen Problemen oder zu gefährlichen elektrostatischen Aufladungen führen.

 VORGESEHENER GEBRAUCH – ANFORDERUNGEN AN DEN NUTZER

Dank der Fitnessgeräte der Linie Get-Fit können Sie sich innerhalb Ihrer eigenen vier Wände zu jeder Jahreszeit sportlich bewegen; sei es, sie können das Haus wegen großer Hitze, Kälte oder auf Grund von Regenwetter nicht verlassen, oder Sie wollen sich während einer kurzen Pause sportlich betätigen, haben aber keine Zeit, ein Fitnessstudio aufzusuchen oder ein Trainingsprogramm aufzunehmen.

Das in diesem Benutzerhandbuch beschriebene Produkt wurde für den privaten Hausgebrauch konzipiert und zertifiziert. Es handelt sich um ein Sportgerät, mit dem Joggingbewegungen auf der Straße simuliert werden können. Es verfügt über ein Laufdeck, das gleichzeitig die für das Joggen typischen Traumata an den unteren Extremitäten infolge des Aufsetzens reduziert.

Um ein sicheres und bewusstes, dem Alter und den eigenen körperlichen Möglichkeiten entsprechendes, Training zu gewährleisten, sollte vor Trainingsbeginn einer ärztlichen Untersuchung beim behandelnden Arzt durchgeführt werden.



Das Gerät darf unter den folgenden Umständen nicht verwendet werden:

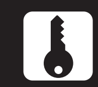
- **der Nutzer ist jünger als 16 Jahre;**
- **der Nutzer hat ein höheres Gewicht, als das auf dem Typenschild mit den technischen Daten angegebene;**
- **die Nutzerin ist schwanger;**
- **der Nutzer leidet an Diabetes;**
- **der Nutzer leidet an einer Herz-, Lungen- oder Nierenerkrankung.**



In den folgenden Fällen verfällt die Produkt- und die Händlergarantie:

- **bei einer vom im Benutzerhandbuch abweichenden Nutzung des Produktes;**
- **bei Nichteinhaltung der Wartungsarbeiten und -intervalle;**
- **bei unberechtigten am Produkt vorgenommenen Veränderungen;**
- **bei Nichtverwendung von Originalersatzteilen;**
- **bei Nichtbeachtung der im Benutzerhandbuch angegebenen Sicherheitshinweise.**

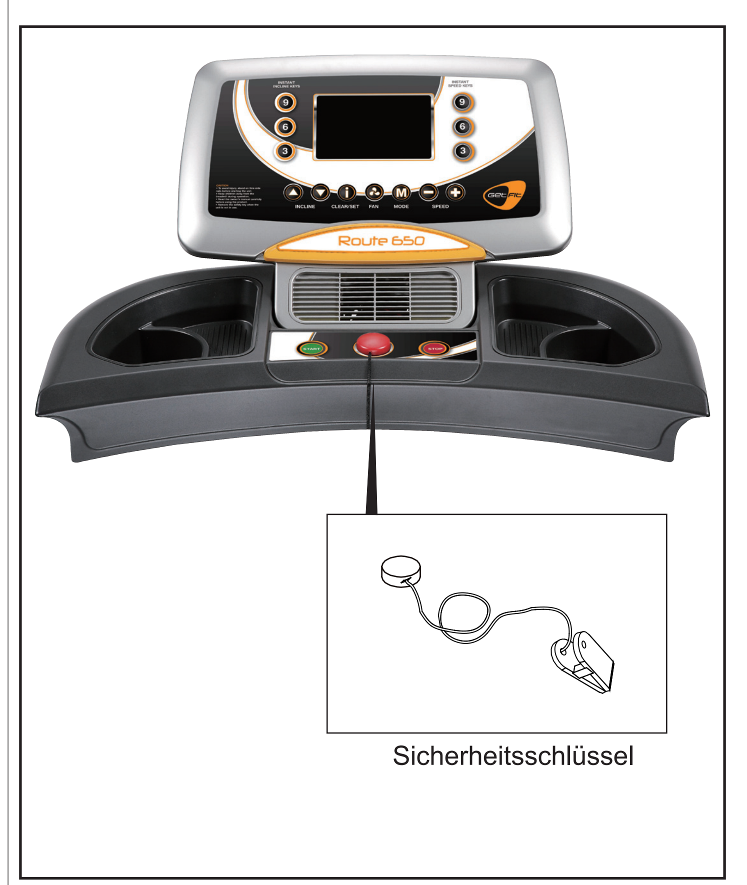
Dieses Handbuch enthält alle Informationen in Bezug auf den Aufbau, die Wartung und den richtigen Gebrauch des Gerätes. Die Nutzer dieses Produktes sowie Freunde und Familienangehörige, die dieses Produkt nutzen, werden angehalten, dieses Benutzerhandbuch aufmerksam zu lesen, um eine korrekte und sichere Nutzung des Gerätes sicherzustellen.

 SICHERHEITSVORKEHRUNGEN

Positionieren Sie, bevor Sie mit dem Training beginnen, den Sicherheitsschlüssel auf der entsprechenden Magnetablage auf der Konsole und befestigen Sie den Sicherheitsclip an Ihrer Kleidung.



Stellen Sie das Gerät nach jeder Verwendung am Netzschalter aus und entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel von der Konsole. Bewahren Sie den Sicherheitsschlüssel an einem sicheren Ort auf, um eine ungewollte Nutzung durch Kinder zu vermeiden.



Sicherheitsschlüssel





SYMBOLE – BEDEUTUNG UND ANWENDUNG

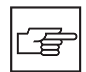
Die in diesem Benutzerhandbuch enthaltenen Anweisungen und Warnhinweise garantieren maximale Sicherheit bei der Nutzung sowie eine erhöhte Lebensdauer des Produktes. Warnungen und besondere Hinweise in Bezug auf gefährliche Situationen werden fettgedruckt hervorgehoben und durch im folgenden dargestellte Symbole näher erläutert.



GEFAHR: Hinweis auf eine Handlung, die die Gefahr eigener Verletzungen oder Verletzungen für die in der Umgebung befindlichen Personen mit sich bringt.
Folgen Sie gewissenhaft allen Anweisungen!



WARNUNG: Hinweis auf eine Handlung, die die Gefahr der Beschädigung des Produktes mit sich bringt. Achten Sie darauf!



HINWEIS: Warnungen oder Hinweise über die wichtigsten Funktionen und nützliche Informationen.

Die in diesem Benutzerhandbuch enthaltenen Erläuterungen machen bestimmte Vorgehensweisen und Informationen deutlicher. Eine ständige Weiterentwicklung der Produkte kann leichte Unterschiede zwischen der Explosionszeichnung und dem gekauften Produkt mit sich bringen.



In den Fällen, in denen die Erläuterungen des Benutzerhandbuches in einigen Details nicht mit dem in Ihrem Besitz befindlichen Produkt übereinstimmen sollten, wird daran erinnert, dass diese Unterschiede rein ästhetischen Charakter haben und nicht die Hinweise auf die in jedem Fall garantierte Sicherheit betreffen.
Der Hersteller entwickelt seine Produkte ständig weiter und kann daher ohne Vorankündigung ästhetische Veränderungen vornehmen.

TECHNISCHE DATEN

GESCHWINDIGKEIT LAUFMATTE	1 km/h (min.) ÷ 18 km/h (max)
STEIGUNG LAUFDECK	12 Level mit elektronischer Regulierung
MAßE LAUFMATTE	450 x 1320 mm
MAßE IN GEÖFFNETEM ZUSTAND	1810 x 820 x 1370 mm
MAßE IN GESCHLOSSENEM ZUSTAND	1010 x 820 x 1585 mm
MOTORLEISTUNG	2,75 HP - 3,75 HP (MAX)
NETTOGEWICHT	82,8 kg
BRUTTOGEWICHT	89,7 kg
MAXIMALES NUTZERGEWICHT	130 kg
NETZSPANNUNG	230 V AC
NETZFREQUENZ	50 Hz
HERZFREQUENZMESSUNG	Handsensoren auf Handlauf und Brustgurt (als Zubehör erhältlich)





TYPENSCHILDER

1) Das Typenschild gibt die technischen Daten und die Seriennummer wieder.

2) Symbol mit dem Hinweis, vor Inbetriebnahme unbedingt das Benutzerhandbuch zu lesen.

3) Symbole, die darauf hinweisen, dass das Produkt den europäischen Richtlinien in Bezug auf die Behandlung und Entsorgung von Gefahrenstoffen in elektrischen und elektronischen Geräten entspricht.

4) Sicherheitsschild: weist darauf hin, das Laufdeck in regelmäßigen Abständen und in der Weise, wie im Benutzerhandbuch beschrieben, zu schmieren.

5) Sicherheitsschild: weist auf die Gefahr des Einklemmens und Quetschens der Finger zwischen der hinteren Laufrolle und dem Laufdeck hin, wenn das Band in Betrieb ist.

6) Sicherheitsschild: Gefahr durch Stromschlag. Es ist verboten, das Gerät zu öffnen oder sich Zugang in den Motorraum verschaffen.

7) Sicherheitsschild: weist auf die Gefahr des Quetschens des Fußes einer sich an der Seite des Gerätes im Moment des Absenkens des Laufdecks auf den geringsten Steigungswinkel befindlichen Person hin.
Es ist verboten, mit den Füßen in die vom Sicherheitsschild bezeichneten Bereiche zu treten, wenn das Gerät in Betrieb ist.

8) Anleitungsschild: Gibt die Art und Weise an, wie mit Hilfe des Hebels der Sicherheitsvorrichtung das Laufdeck in horizontale Position gebracht werden kann.
Siehe im Benutzerhandbuch unter Kapitel “Laufdeck in horizontaler Position”

SPORT ALLIANCE the way for sport
Via Enrico Fermi-Str. 14 - 39100 - Bolzano - BZ - (Italy)

Model:	Class:
Serial:	Year:
Max User weight: kg	Made in

V~ | Hz | W | kg

RoHS compliant 2002/95/EC

1° 2°





ANFORDERUNGEN AN DIE MONTAGE

Wählen Sie die Umgebung aus, in der Sie das Gerät aufstellen möchten.

- Die Umgebung, in der das Gerät aufgestellt und genutzt werden soll, sollte überdacht (das Produkt sollte nicht im Freien, wie beispielsweise auf einer Terrasse, aufgestellt werden), gut belüftet und beleuchtet sein.

- Der Bereich, in dem das Gerät aufgestellt werden soll, sollte nicht zu stark dem Sonnenlicht ausgesetzt sein oder sich zu nah an der Heizung oder der Klimaanlage befinden und sollte, sofern möglich, über eine Steckdose verfügen.

- Der Fußboden sollte glatt und frei von Unregelmäßigkeiten sein; im Falle von verkleideten Fußböden, wie Teppichboden oder Parkett, wird empfohlen, die Kontaktpunkte mit einem weichen Material zu schützen.

- Es wird empfohlen, das Gerät in einem Raum aufzustellen, der über eine Tür verfügt, damit Kinder und Haustiere nicht in den Bereich des Gerätes gelangen können.



Stellen Sie das Gerät so auf, dass ein freier Sicherheitsabstand von mindestens 2 Metern zwischen dem hinteren Teil des Laufbandes und der Wand verbleibt.
Innerhalb dies Sicherheitsabstandes hinter dem Gerät dürfen KEINERLEI Gegenstände verbleiben.



AUSPACKEN - VERPACKUNGSINHALT

Die Verpackung besteht aus einer mit Metallheftklammern und Umreifungsbändern verschlossenen Kartonschachtel. Um die große und schwere Verpackung anzuheben und zu versetzen, sollten weitere Personen zu Hilfe gebeten werden. Bevor Sie die Verpackung auf dem Boden abstellen, achten Sie auf eine mögliche Angabe “OBEN”, gekennzeichnet durch einen entsprechenden Pfeil auf der Verpackung.



Bevor Sie die Verpackung auf dem Boden abstellen, achten Sie auf eine mögliche Angabe “OBEN”, gekennzeichnet durch einen entsprechenden Pfeil auf der Verpackung.

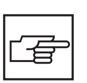
In dem Falle, in dem die Verpackung mit der falschen Seite auf dem Boden abgestellt worden sein sollte, öffnen Sie diese nicht, da die Verpackung beschädigt werden würde, sondern drehen Sie sie auf die richtige Seite.



Die Verpackung besteht aus wiederverwertbaren Materialien. Für die Entsorgung der einzelnen Verpackungsmaterialien beachten Sie bitte die örtlichen Anforderungen an die Verwertung von Verpackungsabfällen. Die einzelnen Verpackungsmaterialien (Karton und Plastiktüten) sollen außer Reichweite von Kindern aufbewahrt werden, da sie eine potentielle Gefahrenquelle darstellen.

Computer
Konsole
Konsolenmast links
Konsolenmast rechts
Benutzerhandbuch
obere Sichtblenden
Sicherheitsgurt
vormontiertes Laufdeck

Ziehen Sie während der Montage die Abbildungen zu Hilfe, in denen die einzelnen Montageschritte näher dargestellt werden, und greifen Sie u.U. auch auf die Explosionszeichnung und die Zubehörliste zurück.
Die komplette Zubehörliste am Ende dieses Benutzerhandbuches ist eine zusätzliche Hilfe bei der Identifikation der kleineren Komponenten.



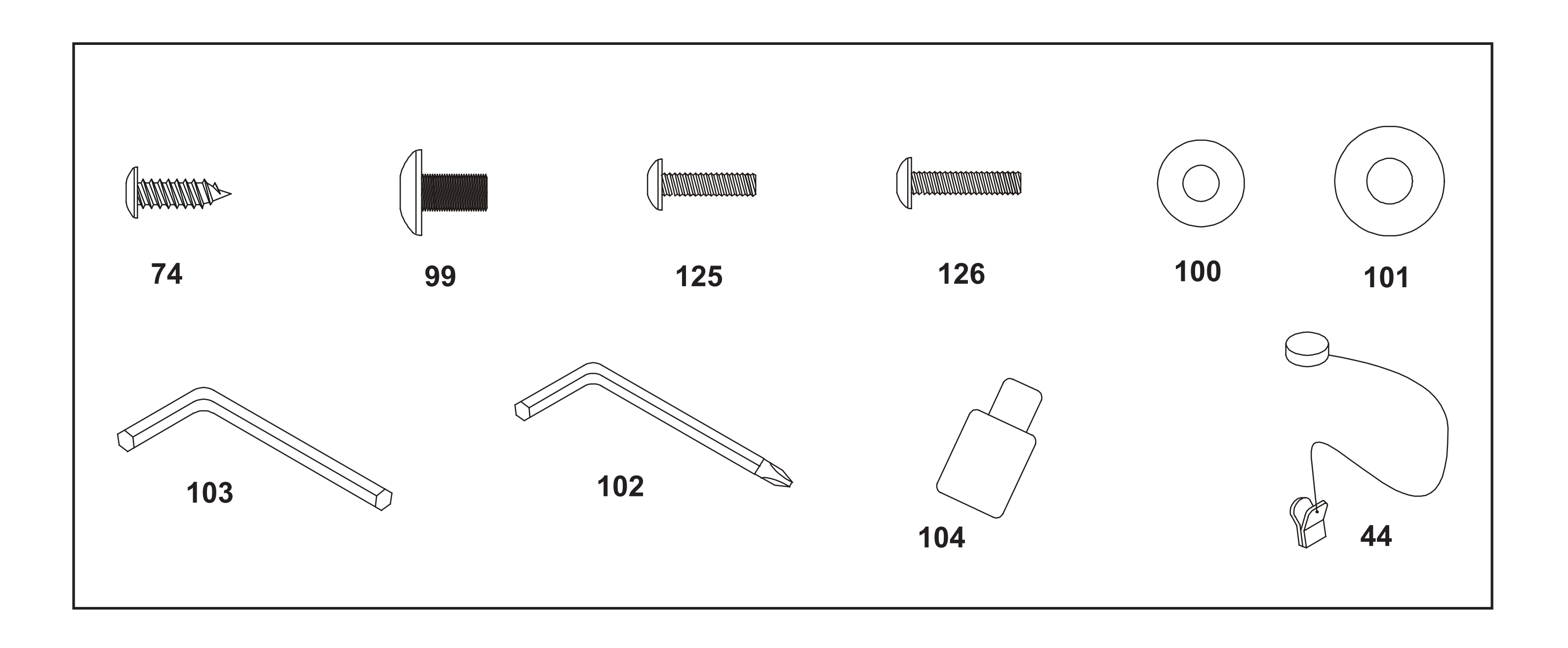
Kontrollieren Sie das Gerät nach dem Entfernen aus seiner Verpackung auf eventuelle Transportschäden und überprüfen Sie, dass alle oben aufgezählten Werkzeuge/Zubehör vorhanden sind.

Auflistung der für die Montage benötigten Werkzeuge/Zubehör

44 Safety Key - Sicherheitsschlüssel
74. Selbstschneidende Schraube ST3,5x12 mm - (4 St.)
99. Schraube 5/16"x1/2" (14 St.)
100. Unterlegscheibe 5/16"x18x1,5T (6 St.)
101. Unterlegscheibe 5/16"x23x1,5T (8 St.)
102. Sechskantschlüssel M6
103. Sechskantschlüssel M5 + Sternschraubendreher
104. Schmieröl für Laufmatte und Laufdeck
125. Schraube M5x25 mm (2 St.)
126. Schraube M5x35 mm (2 St.)



Es wird empfohlen, die Originalverpackung nicht zu beschädigen und sie für den Fall aufzubewahren, dass das Produkt Fehler aufweisen und eine Garantiereparatur notwendig sein sollte.





MONTAGE

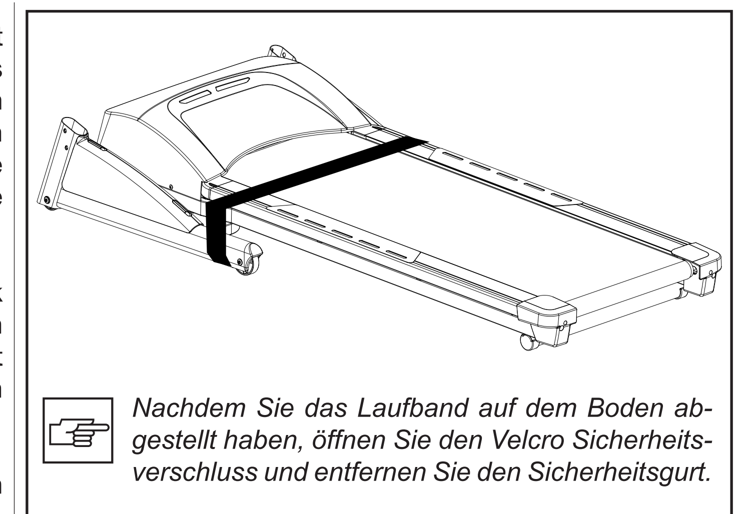
DEUTSCH

- Nachdem Sie die Originalverpackung des Produktes mit Hilfe weiterer Personen geöffnet haben, heben Sie das vormontierte Laufdeck an und stellen Sie es auf dem Fußboden, so wie auf der Abbildung gezeigt, an dem von Ihnen für die Montage ausgewählten Ort ab. Entfernen Sie sämtliches im Karton befindliche Material und legen Sie es auf dem Fußboden zur Montage bereit.

- Nähern Sie den rechten Konsolenmast **4** an das Laufdeck an, ziehen Sie das Kabel **53** des Computers durch den Konsolenmast, bis es auf der anderen Seite herauskommt und stecken Sie schließlich den rechten Konsolenmast in die hierfür vorgesehene Öffnung des Laufdecks.



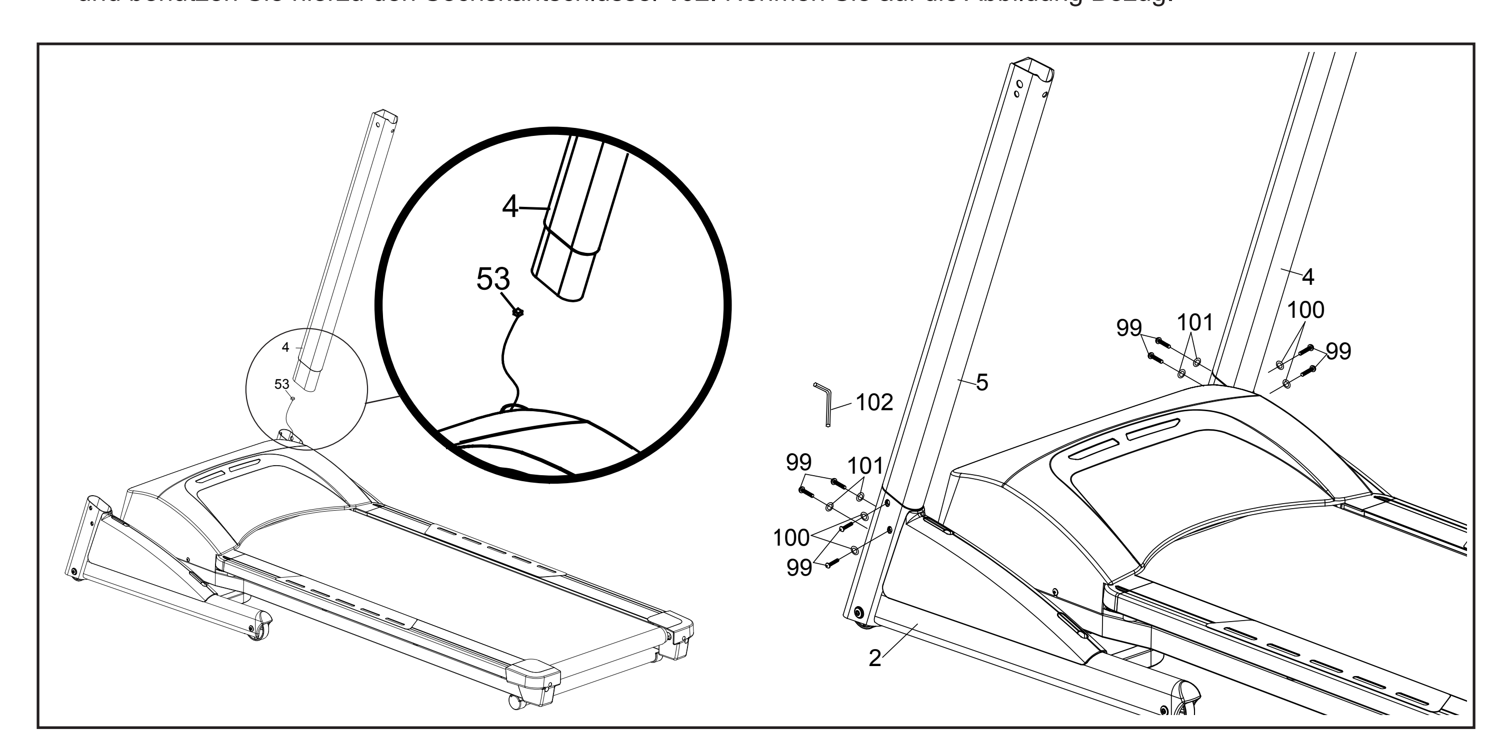
Achten Sie während der Montage des rechten Konsolenmastes darauf, dass das Verbindungskabel für den Computer nicht zwischen den Rohren eingequetscht oder sogar durchtrennt wird.



Nachdem Sie das Laufband auf dem Boden abgestellt haben, öffnen Sie den Velcro Sicherheitsverschluss und entfernen Sie den Sicherheitsgurt.

- Befestigen Sie den rechten Konsolenmast **4** am Grundgestell **2** mit vier Schrauben **99** [5/16"x1/2"] und zwei Unterlegscheiben **100** [5/16"x18x1.5T] und zwei gewellten Unterlegscheiben **101** [5/16"x23x1.5T] und benutzen Sie hierzu den Sechskantschlüssel **102**. Nehmen Sie auf die Abbildung Bezug.

- Nähern Sie den linken Konsolenmast **5** an das Laufdeck an und befestigen Sie ihn am Grundgestell **2** mit vier Schrauben **99** [5/16"x1/2"], zwei Unterlegscheiben **100** [5/16"x18x1.5T] und zwei gewellten Unterlegscheiben **101** [5/16"x23x1.5T] und benutzen Sie hierzu den Sechskantschlüssel **102**. Nehmen Sie auf die Abbildung Bezug.

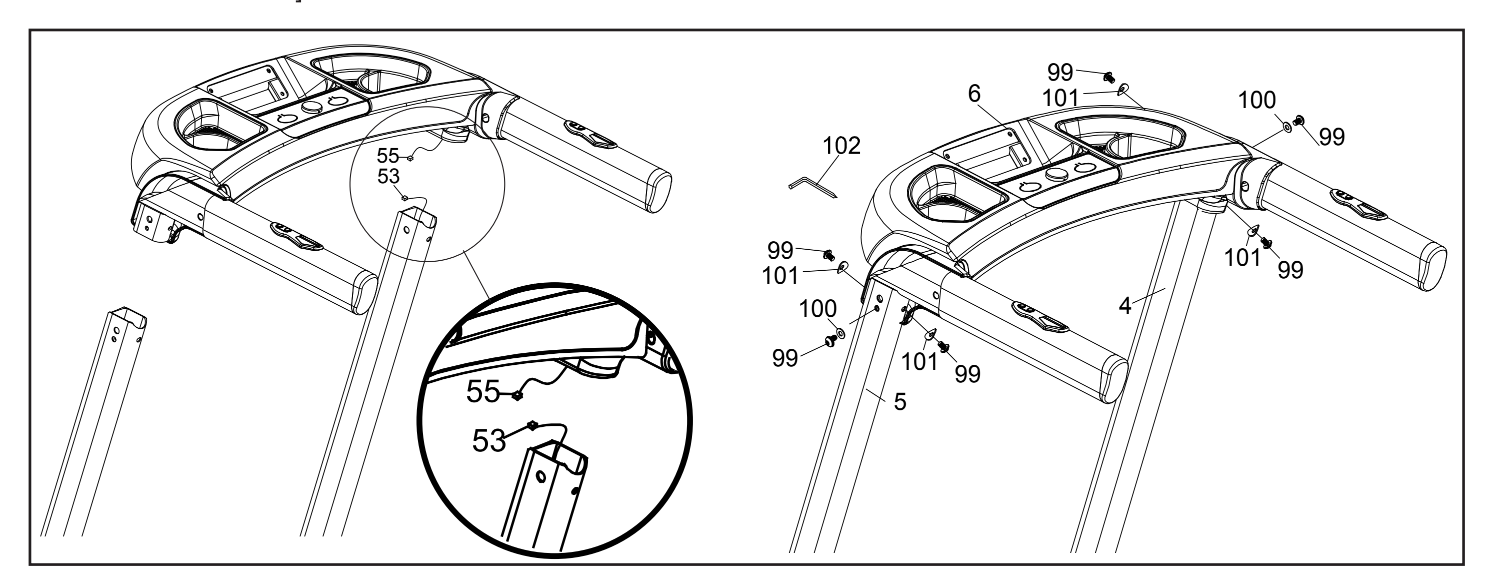


- Nähern Sie die Konsole **6** an die Konsolenmasten **4** und **5** an.
  Verbinden Sie den Stecker des unteren, aus dem rechten Konsolenmast herausragenden, Kabels **53** mit dem Verbindungsstecker des, aus der Konsole herausragenden, Zwischenkabels **55**.

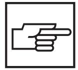


Achten Sie während der Montage der Konsole auf den Konsolenmasten darauf, dass keine elektrischen Kabel eingequetscht oder durchtrennt werden.

- Befestigen Sie die Konsole 6 auf den seitlichen Konsolenmasten **4** und **5** mit jeweils drei Schrauben **99** [5/16"x1/2"], versehen mit jeweils zwei gewellten Unterlegscheiben **101** [5/16"x23x1.5T] und jeweils einer Unterlegscheibe **100** [5/16"x23x1.5T]. Um die Schrauben anzuziehen, benutzen Sie das beiliegende Werkzeug **102** [Sechskantschlüssel M5 + Schraubendreher].

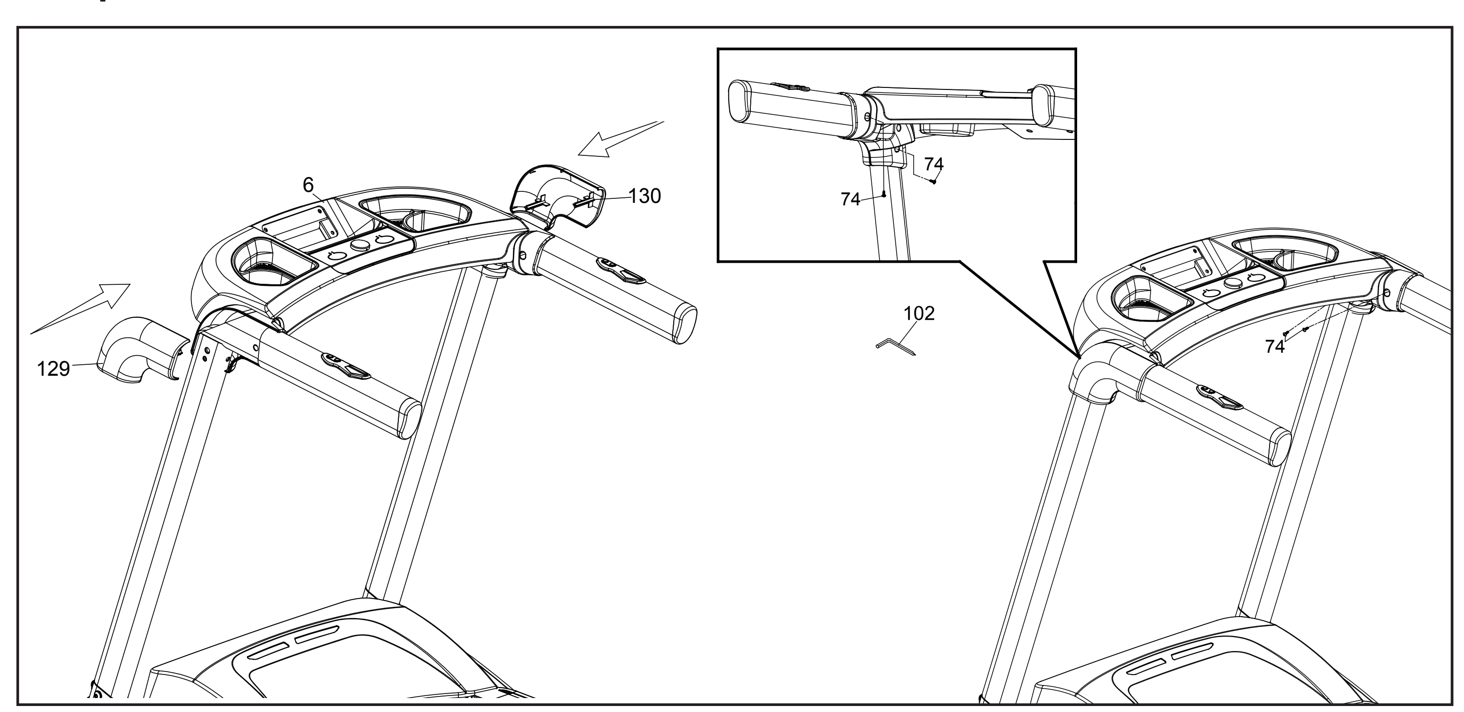


- Befestigen Sie die zwei oberen Sichtblenden rechts **130** und links **129** am entsprechenden rechten Konsolenmast **4** und linken Konsolenmast **5**.



Achten Sie darauf, dass die Abdeckungen, so wie abgebildet, montiert werden.

- Befestigen Sie die zwei oberen Sichtblenden rechts **130** und links **129** mit 4 selbstschneidenden Schrauben **74** [ST3,5x12 mm]. Benutzen Sie den Schraubendreher des Sechskantschlüssels **102**.

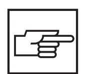




DEUTSCH

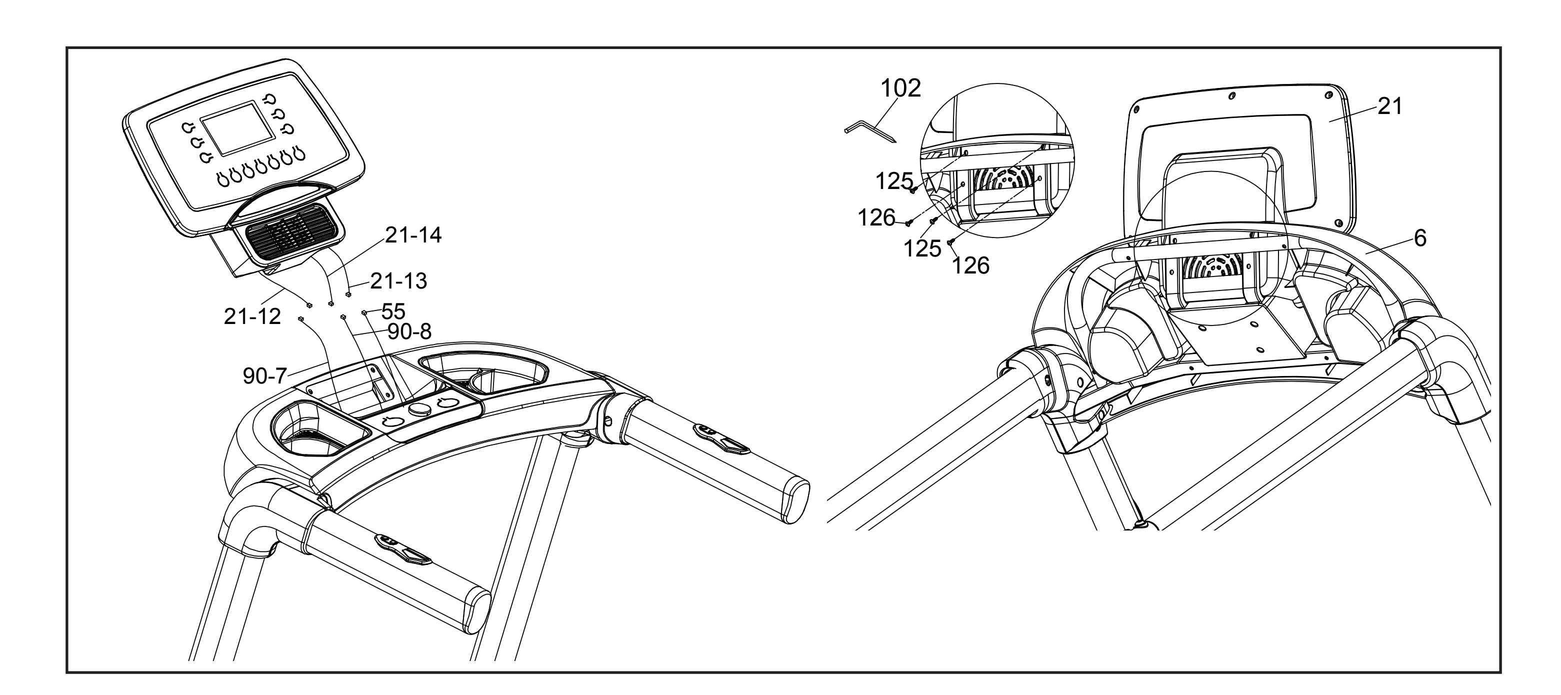
- Nähern Sie den Computer **21** an die Konsole **6** an.
  Verbinden Sie den Stecker des mittleren, aus dem Computer ragenden, Kabels **55**, mit dem Stecker des, ebenfalls aus dem Computer ragenden, Kabels **21-10**.
  Verbinden Sie den Stecker des aus dem Handlauf ragenden Kabels **90-7**, mit dem Stecker **21-9** des aus dem Computer ragenden Kabels.

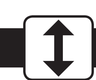
- Legen Sie den Computer **21** in die hierfür vorgesehene Öffnung der Konsole **6**, befestigen Sie ihn mit zwei Schrauben **125** [M5x25 mm] und zwei Schrauben **126** [M5x35 mm] mittels des mitgelieferten Schraubendrehers.



Vergewissern Sie sich, alle bei der Montage zum Einsatz kommenden Schrauben fest verschraubt zu haben.

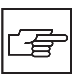
- Das Gerät ist nunmehr vollständig montiert. Lesen Sie den verbleibenden Teil des Benutzerhandbuches in Bezug auf die Handhabung und die Sicherheit, bevor Sie das Gerät nutzen.





LAUFDECK IN VERTIKALER POSITION

Um Platz zu sparen für den Fall, dass das Laufband nicht genutzt wird, kann es in die vertikale Position verbracht werden. Halten Sie sich hierzu an den folgenden Ablauf.



Stellen Sie den kleinsten Steigungswinkel des Laufdeck ein, da es ansonsten nicht geschlossen werden kann.

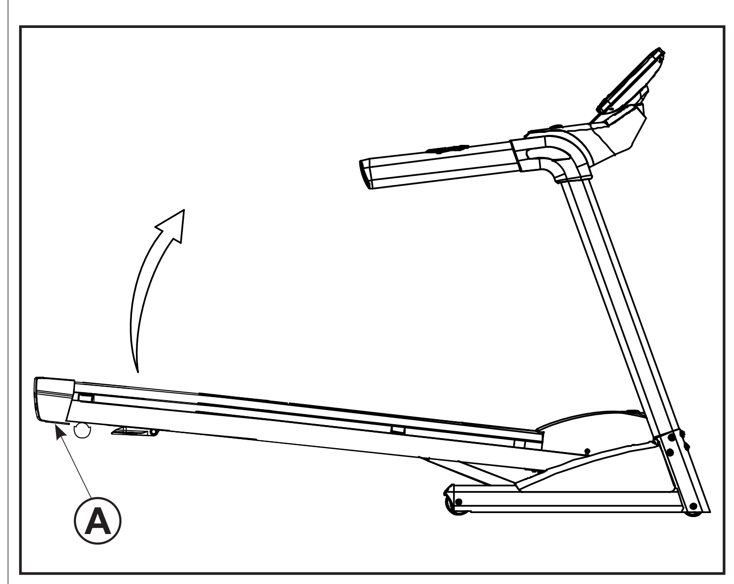


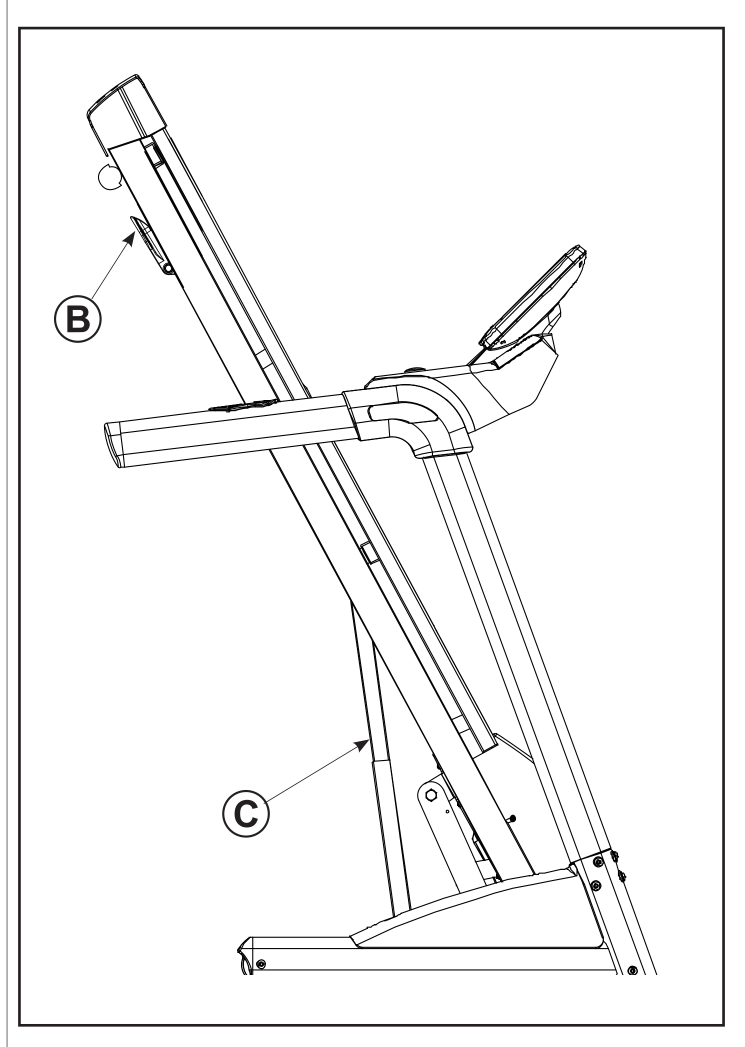
Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der sich neben dem Netzschalter befindlichen Steckdose.

- Umfassen Sie die hinteren Enden des Laufdecks, indem Sie mit beiden Händen unter die äußeren Ecken **A** greifen.
- Heben Sie mit beiden Händen das Laufdeck bis auf Höhe des Handlaufes an, heben Sie es weiter an, bis der Hebel der Sicherheitsvorrichtung **B** einrastet.
- Der Gaszylinder-System **C** des Grundgestells unterstützt den Hebe- und Senkungsvorgang des Laufdecks.



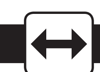
Nachdem Sie das Laufband geschlossen haben und bevor Sie es loslassen, vergewissern Sie sich, dass der Hebel der Sicherheitsvorrichtung richtig eingerastet ist, indem sie das Laufdeck mit beiden Händen nach unten ziehen.







DEUTSCH

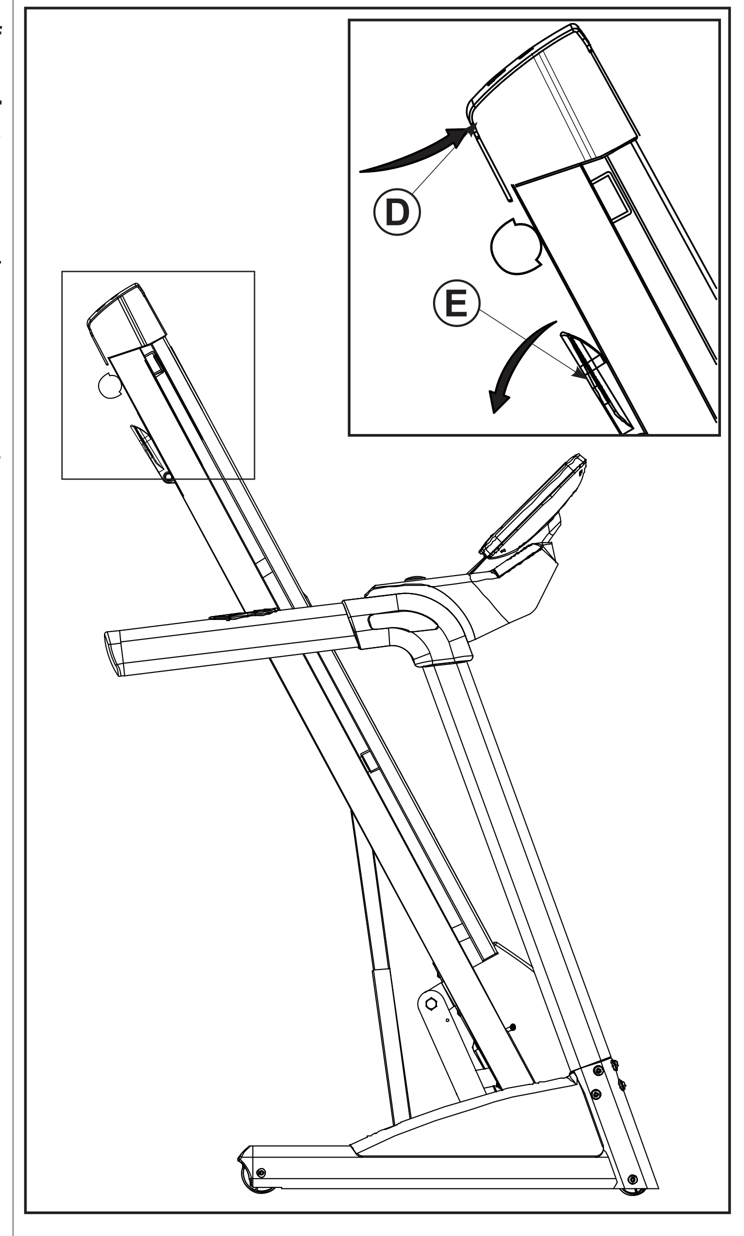


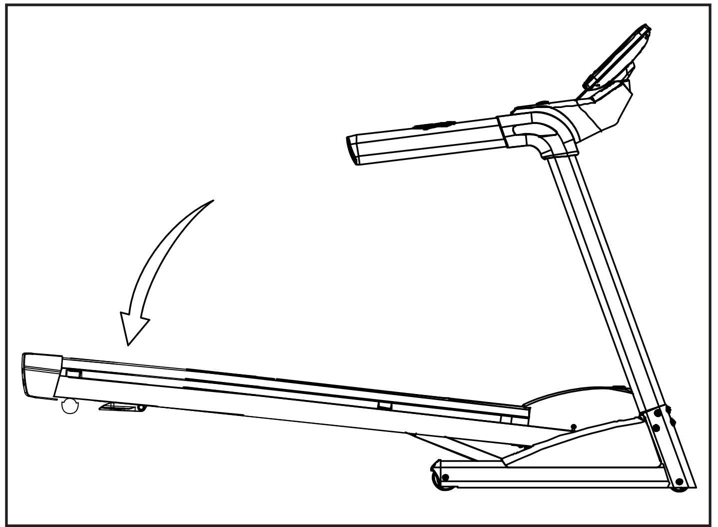
LAUFDECK IN HORIZONTALER POSITION

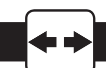


Bevor Sie das Laufdeck in horizontale Position bringen, entfernen Sie etwaige Gegenstände auf dem Fußboden an der Stelle, wo das Laufband abgestellt werden soll. Vergewissern Sie sich darüber hinaus, dass sich in der Nähe des Laufbandes keine Haustiere oder spielende Kinder aufhalten.

- Um das Laufdeck in horizontale Position zu bringen, müssen Sie es entsichern. Drücken Sie hierzu mit der linken Hand das obere hintere Ende des Laufdeckes **D** nach vorn, und ziehen Sie gleichzeitig mit der rechten Hand den Hebel **E** der Sicherheitsvorrichtung. Lassen Sie sodann mit beiden, die Ecken des Laufdeckes greifenden, Händen langsam das Laufdeck in Richtung Fußboden sinken, bis es vollständig auf dem Boden steht.







TRANSPORT



Bevor Sie das Gerät fortbewegen, ziehen Sie den Netzstecker aus der sich neben dem Netzschalter befindlichen Steckdose.

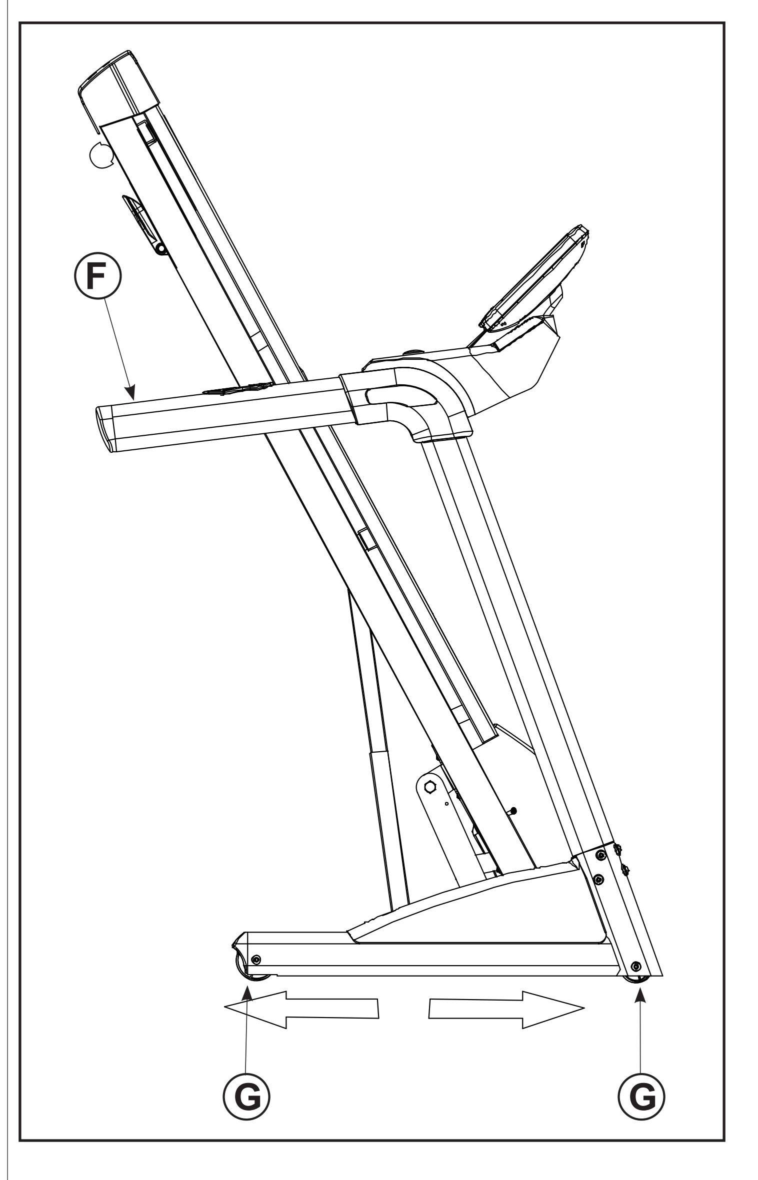


Vergewissern Sie sich vor dem Transport, dass der Hebel der Sicherheitsvorrichtung richtig eingerastet ist.

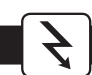


Der Transport sollte auf Grund der Größe und des hohen Gewichts des Gerätes von zwei Personen ausgeführt werden.

Das Laufband verfügt über, für sein Fortbewegen unerlässliche, im vorderen Bereich montierte Transporträder.
Um das Laufband fortzubewegen, begeben Sie sich hinter das sich in vertikaler Position befindliche Laufdeck, und greifen Sie mit beiden Händen die Handläufe **F**.
Die vier Transporträder **G** haben Bodenkontakt. Bewegen Sie das Laufband in die gewünschte Richtung.





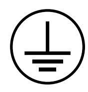


STROMANSCHLUSS



Bevor Sie das Gerät an das Stromnetz anschließen,

vergewissern Sie sich, dass Ihre Hauselektroinstallation die Eigenschaften aufweist, die nach den Angaben auf dem Typenschild des Gerätes erforderlich sind.



vergewissern Sie sich, dass die Wandsteckdose sowohl für den Steckertyp geeignet ist, als auch über eine erdungsführende Leitung verfügt.

Vergewissern Sie sich, dass sich der Netzschalter in Position "O" – Off befindet.



VORSICHTSMASSNAHMEN IN BEZUG AUF DEN STECKER UND DAS NETZKABEL

Achten Sie darauf, dass der Stecker in eine vom Gerät ausreichend entfernte Wandsteckdose gesteckt wird, damit Kurzschlüsse durch Schweißtropfen oder Wasser vermieden werden.

Achten Sie darauf, dass das Netzkabel **NICHT** unter dem Grundgestell oder zwischen den beweglichen Teilen des Steigungssystems entlanggeführt wird.

Benutzen Sie KEINE Mehrfachstecker oder Verlängerungskabel, sondern lediglich Adapter **H.**

Das Gerät verfügt über ein elektrisches Netzkabel mit Stecker **I** vom Typ Schuko, der in eine entsprechende Wandsteckdose, ausgestattet mit einer erdungsführenden Leitung, mit 230 V Spannung gesteckt werden muss.

Im vorderen Teil des Motorraumes befindet sich der Stecker **L**, and den das Netzkabel angeschlossen wird sowie der Netzschalter **M**, mit Hilfe dessen das Gerät an- und ausgeschaltet wird, sowie eine Schutzvorrichtung **N**, um Spannungswechseln vorzubeugen.

Im dem Falle, indem die Schutzvorrichtung zum Einsatz kommen sollte, schalten sich das Display und die rote Lampe des Netzschalters sofort aus.
Um das Gerät wieder in Betrieb nehmen zu können, müssen mindestens 5 Minuten abgewartet werden. Danach kann die Schutzvorrichtung durch Drücken der Taste **N** reaktiviert werden.



HINWEISE ZUM TRAINING

Es wird empfohlen, einen Arzt zu konsultieren, bevor Sie mit dem Training beginnen, der Sie auf Ihren körperlichen Zustand untersucht und Sie hinsichtlich etwaiger Vorsichtsmaßnahmen in Bezug auf die Ausübung dieser sportlichen Aktivität berät.

Die noch ungeübten Nutzer sollten das Gerät nur nach und nach und mit zu Beginn kurzen Trainingseinheiten benutzen und diese dann täglich steigern, wobei versucht werden sollte, konstant zu bleiben.

Es wird empfohlen, die zur Anwendung kommenden Muskeln vor jeder Trainingseinheit durch geeignete Stretching- und Aufwärmübungen auf das Training vorzubereiten.

Durch Überwachung der Herzfrequenz können Sie während des Trainings 3 Trainingsziele erreichen:

- Training zur Fettverbrennung: bewegt sich die Herzfrequenz zwischen **60% und 75%**, können ohne übermäßige Anstrengung Kalorien verbrannt werden;
- Training zur Verbesserung der Atmung: bewegt sich die Herzfrequenz zwischen **75% und 85%**, wird durch Ausdauer- und Konditionstraining die Leistung der Lungen verbessert;
- Training zur Verbesserung von Herz- und Kreislauf: bewegt sich die Herzfrequenz zwischen **85% und 100%**, wird das Herz im Bereich der anaeroben Trainingszone trainiert.

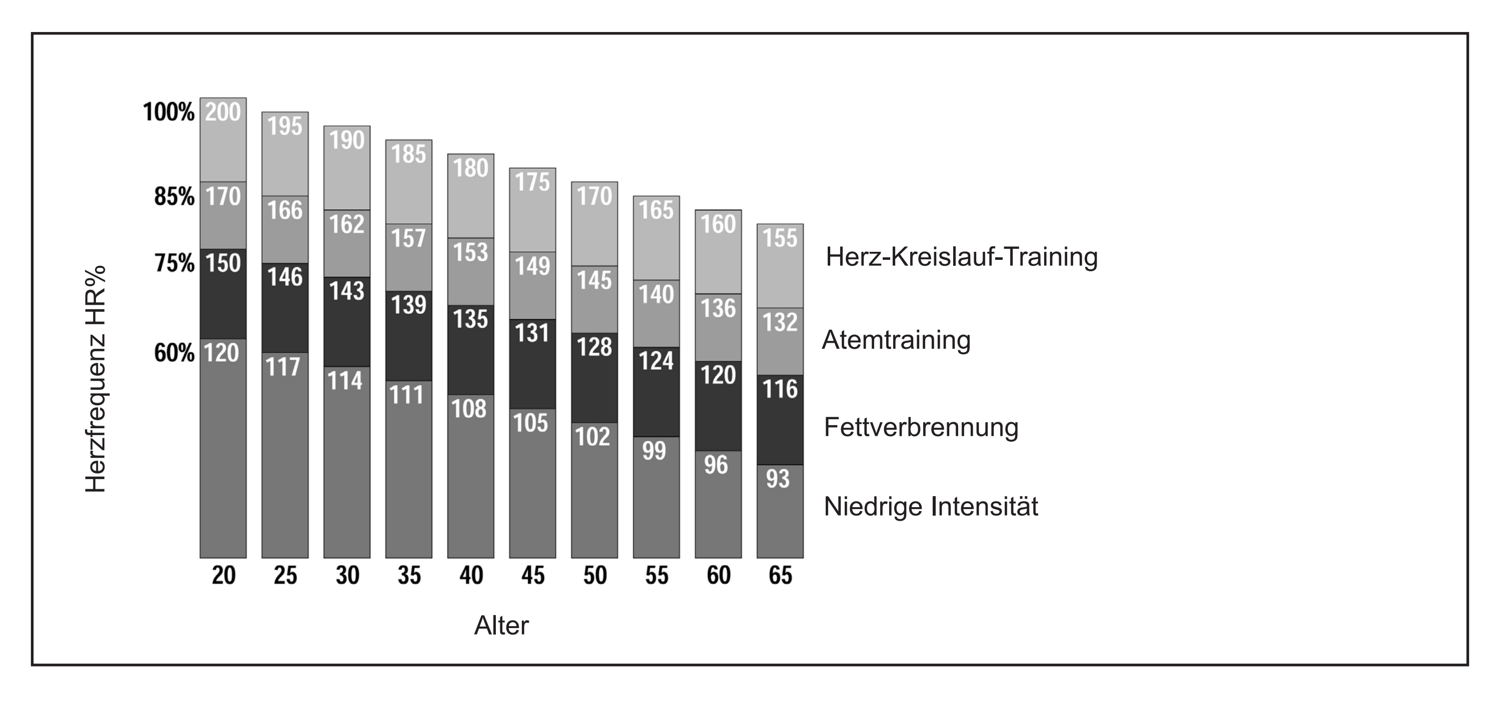
⚠ **Ein Training im anaeroben Bereich wird nur sehr gut trainierten Athleten empfohlen.**

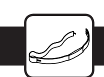
Eine Trainingseinheit umfasst drei Phasen.

Aufwärmen: Lockern und erwärmen Sie Ihrer Muskeln mit Hilfe einiger Aufwärmübungen, um Ihre Körpertemperatur zu erhöhen sowie Herz und Lungen auf das Training vorzubereiten.

Training auf dem Gerät: Beginnen Sie Ihr Training bei einem geringen Schwierigkeitsgrad und erhöhen Sie schrittweise die Intensität, bis Ihre Herzfrequenz den gewünschten Wert erreicht. Halten Sie Ihre Herzfrequenz möglichst konstant am Schwellenwert.

Abkühlung: Entspannen Sie sich am Ende der Trainingseinheit für einige Minuten mit Hilfe einiger Stretchingübungen.





BRUSTGURT ZUR HERZFREQUENZMESSUNG (als Zubehör erhältlich)

DEUTSCH



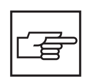
HINWEISE ZUR HERZFREQUENZMESSUNG

- **Lesen Sie aufmerksam alle Hinweise auf dieser Seite und diejenigen, die Ihnen vom Hersteller mitgeliefert wurden, bevor Sie den Brustgurt zur Herzfrequenzmessung benutzen.**
- **Reinigen und trocken Sie den Sender und den elastischen Brustgurt nach jedem Gebrauch sorgfältig, um ein frühzeitiges Entladen der Batterie zu verhindern. Entfernen Sie hierzu den Sender vom Brustgurt und bewahren Sie ihn separat auf.**
- **Reinigen Sie den Sender mit einem feuchten Tuch und neutraler Seife. Der elastische Brustgurt ist mit der Hand und einem normalem Reinigungsmittel zu reinigen.**
- **Bewahren Sie den Brustgurt und den Sender außerhalb von Schubladen, geschlossenen Tüten oder ähnlichen Behältern auf. Es wird empfohlen, sie an der Wand aufzuhängen, um zu gewährleisten, dass sie ausreichend trocknen können.**

Der Herzfrequenzmesser Polar® T34, der mit dem im Laufband integrierten Empfänger kompatibel ist, besteht aus zwei Komponenten: dem Sender, der die Funksignale an den Computer sendet und dem elastischen Brustgurt, mit dessen Hilfe der Sender am Oberkörper befestigt wird..
Der Sender ist versiegelt. Die eingebaute Batterie hat eine Lebensdauer von 2500 Stunden im Nutzungszustand. Danach muss der Herzfrequenzmesser ausgewechselt werden.

1) Befestigen Sie den Sender am Brustgurt.
2) Regeln Sie die Länge des Brustgurtes (je nach Oberkörpergröße) mit Hilfe der Verschlussvorrichtung.

   Legen Sie den Brustgurt kurz unter der Brustmuskulatur oder der Brust, so wie auf der Abbildung dargestellt, an und schließen Sie die Verschlussvorrichtung.
3) Heben Sie den Sender ab und befeuchten Sie die Elektroden auf seiner Rückseite mit nassen Fingern.
4) Stellen Sie sicher, dass die Oberfläche mit den Elektroden gut auf der Haut aufliegt.



Die Angabe der Herzschläge, die mit Hilfe des Herzfrequenzmessers gemessen werden, stellen lediglich einen nützlichen Referenzwert dar, um die Herzfrequenz je nach Art des Trainings, das durchgeführt wird, zu messen, und um einen Referenzwert in Bezug auf den Kalorienverbrauch zu erhalten. In keinem Fall haben die ermittelten Werte den Stellenwert medizinische Daten.

Brustgurt

Sender

DEUTSCH





PRAKTISCHE HINWEISE UND EMPFEHLUNGEN

DEUTSCH

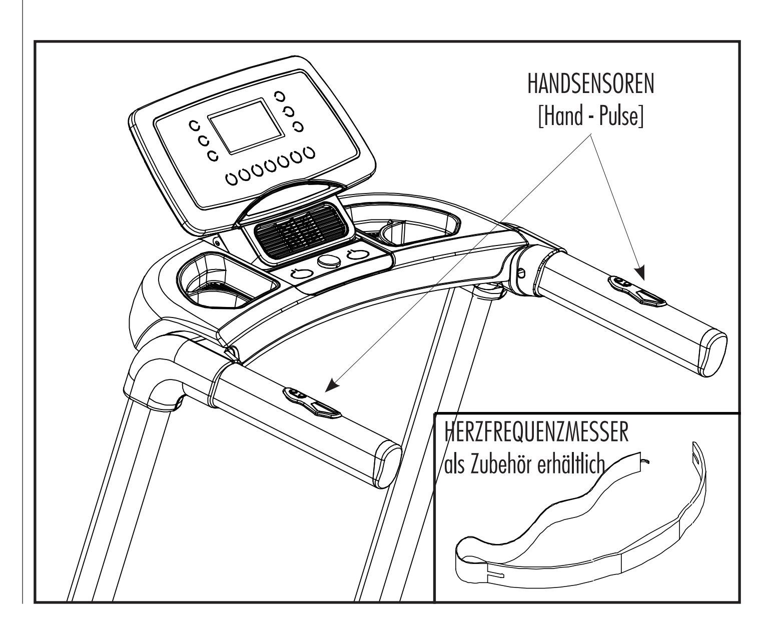


HINWEISE FÜR DIE NUTZUNG DES GERÄTES

- **Bevor Sie mit dem Training beginnen, befestigen Sie den Sicherheitsschlüssel durch Anbringen des Clips an Ihrer Kleidung auf Hüfthöhe. In dem Falle, in dem Sie sofort die Bewegung der Laufmatte unterbrechen wollen, ziehen Sie einfach das Band, um den Magnetschlüssel von der Konsole zu lösen. Um das Training wieder aufzunehmen, positionieren Sie den Magnetschlüssel wieder auf der Konsole.**
- **Entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel, wenn Sie das Gerät nicht benutzen. Der Schlüssel sollte außer Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.**
- **Gehen Sie bei der Nutzung des Gerätes schrittweise vor. Nutzen Sie, wenn nötig, den Handlauf. Gehen Sie langsam, wenn eine langsame Geschwindigkeit der Laufmatte eingestellt ist. Bleiben Sie nicht stehen, wenn die Laufmatte in Bewegung ist.**
- **Stehen Sie mit beiden Füssen auf den seitlichen Trittflächen, wenn mit der Übung begonnen wird. Nachdem sich die Laufmatte bei Mindestgeschwindigkeit in Bewegung gesetzt hat, beginnen Sie, langsam auf ihr zu gehen.**
- **Ändern Sie, während die Laufmatte in Bewegung ist, nicht die Richtung. Sowohl das Gesicht als auch die Vorderseite des Körpers müssen immer in Richtung des Computers ausgerichtet sein.**
- **Stellen Sie das Gerät nicht an, wenn sich eine Person auf der Laufmatte befindet.**
- **Das Gerät darf nicht gleichzeitig von mehreren Personen benutzt werden.**

Wer das Gerät zum ersten Mal benutzt, sollte sich zuallererst mit der Computerkonsole vertraut machen.

1) Stellen Sie das Gerät mit Hilfe des Netzschalters an; die rote Lampe des Schalters leuchtet auf. Positionieren Sie den Magnetschlüssel an seinem hierfür vorgesehenen Platz auf der Konsole. Der Computer führt für einen kurzen Augenblick einen Test durch, stellt das Display an und lässt eine längeren Ton erklingen.
2) Steigen Sie von einer Seite auf das Laufband und stellen Sie sich mit den Füssen auf die seitlichen Trittflächen in zentrale Position.
3) Drücken Sie die Taste START, um sofort mit dem Training bei Mindestgeschwindigkeit zu beginnen. Halten Sie sich hierbei mit den Händen am Handlauf fest und beginnen Sie, entspannt auf der Laufmatte zu gehen. Behalten Sie für einige Zeit eine geringe Geschwindigkeit bei, um mit der sich bewegenden Laufmatte vertraut zu werden.
4) Wenn Sie sich mit dem Gerät vertraut gemacht haben, erhöhen Sie die Geschwindigkeit, indem Sie die Taste SPEED drücken, und lösen Sie die Hände von den Handläufen, bis Sie sich ausgeglichen bewegen. Für eine zusätzliche Bequemlichkeit wird empfohlen, die Schnelltasten für die Geschwindigkeit und die Steigung auf den Handläufen zu benutzen.
5) Es ist wichtig, während des Trainings konzentriert zu bleiben, um Unfälle zu vermeiden.
6) Es wird empfohlen, während des Trainings eine korrekte Laufhaltung beizubehalten, den Blick nach vorn zu richten und die eigene Position insbesondere bei höheren Geschwindigkeiten nicht zu verändern.
7) Überprüfen Sie während der Übung öfter Ihren Herzschlag, indem Sie mit beiden Händen die Handsensoren auf den Handläufen umfassen oder aber durch das Tragen eines Herzfrequenzmessers(als Zubehör erhältlich), dessen Daten auf den Display unter ‘PULSE’ angezeigt werden.







COMPUTERKONSOLE - (DISPLAY)

TIME
- Zeigt die **Dauer** der Übung, bei Null beginnend, an, oder zählt eine noch fehlenden Zeitspanne ab einem eingestellten zeitlich Wert zurück.

CALORIES
- Zeigt den **Kalorienverbrauch** während der Übung an (in Kilokalorien, theoretischer Wert).

PULSE
- Zeigt die vom Herzfrequenzmesser (als Zubehör erhältlich) und den Handpulssensoren gemessene **Herzfrequenz** an. Der Wert wird in bpm (Schlägen pro Minute) angegeben. Die auf dem Display angegebenen Daten stellen lediglich einen annähernden Referenzwert dar. In keinem Fall haben die ermittelten Werte den Stellenwert medizinischer Daten.

SPEED
- Zeigt die **Geschwindigkeit** der Laufmatte in km/h an.

INCLINE - **Steigung** des Laufdecks
- Zeigt den Steigungslevel des Laufdecks an.

DISTANCE
- Zeigt die von Beginn der Übung zurückgelegte **Teilstrecke** an.

ANALOGE GESCHWINDIGKEITSANZEIGE
- Zeigt die Geschwindigkeit durch eine analoge Uhr ohne Bezugspunkte an.

PROGRAM
- Zeigt die Anzahl der ausgewählten Programme oder, falls die Angaben auf dem Display blinken, das auszuwählende Programm an.



HINWEIS: Wird das Gerät für einige Minuten nicht genutzt, stellt sich der Computer aus Energiespargründen automatisch ab.

.

ANALOGE GESCHWINDIGKEITSANZEIGE
TIME
CALORIES
INSTANT INCLINE KEYS
INSTANT SPEED KEYS
9
6
3
INCLINE
PROGRAM
DISTANCE
PULSE
INCLINE
CLEAR/SET
FAN
MODE
SPEED
SPEED





COMPUTERKONSOLE - (TASTEN)

START
Drücken Sie die grüne Taste, um die Übung und das Laufband hinsichtlich aller Einsatzmöglichkeiten zu starten.

STOP
- Drücken Sie die rote Taste, um die aktuelle Übung zu unterbrechen. Die Daten der Übung werden im Pausestatus beibehalten; die Übung kann sofort durch das Drücken der Taste STOP beendet und durch das Drücken der Taste START fortgeführt werden.
- Drücken Sie während der Eingabe der Programmdaten die Taste STOP, um vorhergehende Eingaben zu löschen.

SPEED +/- - Geschwindigkeit der Laufmatte
- Drücken Sie im Laufe der Übung die Taste SPEED, um die Geschwindigkeit der Laufmatte zu erhöhen oder zu verringern. Drücken Sie sie nur einmal, um kleine Veränderungen vorzunehmen, halten Sie sie länger gedrückt, um den Wert der Geschwindigkeit schneller zu verändern.
- Mit ihrer Hilfe können Sie vor Beginn der Übung nach Drükken der Taste CLEAR/SET Ihr Trainingsziel eingeben.

INCLINE UP/DOWN - Steigung des Laufdecks
- Drücken Sie im Laufe der Übung auf die Tasten INCLINE, um die Steigungslevel des Laufdecks zu erhöhen oder zu verringern. Drücken Sie sie nur einmal, um kleine Veränderungen vorzunehmen, halten Sie sie länger gedrückt, um die Steigungslevel schneller zu verändern.

MODE
- Drücken Sie die Taste MODE, um eines der 24 voreingestellten Programme auszuwählen.

CLEAR/SET
- Drücken Sie im manuellen "Countdown-Modus" die Taste CLEAR/SET, um eines Ihrer Trainingsziele einzugeben: Zeit, Strecke und Kalorienverbrauch. Diese können mit Hilfe der Tasten SPEED eingegeben werden.
- Im HRC-Programm können Sie durch das Drücken der Tasten CLEAR/SET die eingegebenen Daten bestätigen.

SCHNELLTASTEN FÜR GESCHWINDIGKEIT UND STEIGUNG
Wenn eine der Schnelltasten des Laufbandes gedrückt wird, wird das Laufband auf die Geschwindigkeit oder den Steigungslevel gebracht, der auf der Schnelltaste angegeben ist.

ERGONOMISCHE TASTEN
Auf den Handläufen befinden sich zur einfacheren Steuerung Tasten zur Regulierung der Geschwindigkeit und der Steigung des Laufbandes.

SICHERHEITSSCHLÜSSEL
Der Sicherheitsschlüssel ist eine wichtige Sicherheitsvorrichtung. Entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel nach jeder Nutzung des Produktes. Positionieren Sie den Sicherheitsschlüssel, bevor Sie mit dem Training auf dem Gerät beginnen, auf der entsprechenden Magnetablage; ist der Schlüssel nicht richtig positioniert, bleibt der Computer ausgeschaltet. Der Schlüssel verfügt über ein Band, an dessen Ende ein Clip angebracht ist, der am Gürtel Ihrer Turnhose anzubringen ist.

FAN
- Drücken Sie die Taste FAN, um den Ventilator einzuschalten.

INSTANT INCLINE KEYS
INSTANT SPEED KEYS
SCHNELLTASTEN (STEIGUNG)
SCHNELLTASTEN (GESCHWINDIGKEIT)
9 6 3
INCLINE CLEAR/SET FAN MODE SPEED
STEIGUNG Up/Down CLEAR/SET FAN MODE GESCHWINDIGKEIT +/-
START Safety Key STOP

MANUELLES PROGRAMM

Einschalten

- Um das Gerät einzuschalten, drücken Sie den sich auf der vorderen Seite des Laufbandes befindlichen roten Netzschalter I=ON O=OFF, neben dem Netzstecker. Sobald das Gerät eingeschaltet ist, leuchtet die rote Lampe des Netzschalters auf.

  Nachdem das Gerät eingeschaltet ist, positionieren Sie den Sicherheitsschlüssel auf der entsprechenden Magnetablage auf der Konsole. Das Display führt nunmehr einige diagnostische Tests durch, und für einen kurzen Zeitraum leuchten alle LEDs auf.

  Wird das Gerät für einige Minuten nicht genutzt, stellt sich der Computer automatisch ab.

Modus QuickStart

- Stellen Sie das Gerät an, steigen Sie auf das Laufdeck und verbinden Sie den Sicherheitsschlüssel mit der Konsole.
- Drücken Sie die Taste START. Nach einem Countdown von drei Sekunden beginnt die Laufmatte, sich bei Mindestgeschwindigkeit zu bewegen.
- Drücken Sie die Tasten SPEED und INCLINE auf dem Display, um die Geschwindigkeit und die Steigung zu regulieren.
- Die Werte TIME, DISTANCE und CALORIES steigen entsprechend dem Fortschritt der Übung. Der Wert PULSE zeigt die Herzfrequenz an, wenn die Handsensoren auf den Handläufen umfasst werden oder wenn ein Herzfrequenzmesser getragen wird.
- Werden die Schnelltasten gedrückt, kann man auf schnelle Weise die auf den Tasten angegebenen Geschwindigkeits- oder Steigungswerte erreichen.
- Die Übung kann jederzeit durch Drücken der Taste STOP beendet werden.

Modus Countdown

Durch Wahl des manuellen Trainings können Sie die Übung völlig frei, und so, wie Sie es wünschen, ausführen. Sie können die Geschwindigkeit der Laufmatte jederzeit regulieren. Im Unterschied zum Modus Quick Start können beim manuellen Training Trainingsziele ausgewählt werden, indem die Übung auf Gesichtspunkte wie Zeit und zurückzulegende Strecke oder aber Kalorienverbrauch ausgerichtet wird.

- Stellen Sie das Gerät an, steigen Sie auf das Laufdeck und verbinden Sie den Sicherheitsschlüssel mit der Konsole.
- Drücken Sie die Taste CLEAR/SET, um in den Eingabebereich der Trainingsziele zu gelangen.
- Drücken Sie noch einmal die Taste CLEAR/SET, um Ihr Training zu bestimmen. Die Angabe auf dem Display entspricht der ausgewählten Funktion (blinkt), und es kann nunmehr die Zeit, die zurückzulegende Strecke oder der Kalorienverbrauch als Trainingsziel eingegeben werden.
- Drücken die Tasten SPEED +/-, um eines der auf dem Display erscheinenden Trainingsziele zu bestätigen (blinkt): Zeit, Strecke oder Kalorienverbrauch.
- Drücken Sie die Taste START. Nach einem Countdown von drei Sekunden beginnt die Laufmatte, sich bei Mindestgeschwindigkeit zu bewegen.
- Drücken Sie die Tasten SPEED und INCLINE auf dem Display, um die Geschwindigkeit und die Steigung zu regulieren.
- Das das Trainingsziel anzeigende Display zeigt den Countdown, ausgehend von dem zuvor eingestellten Wert, bis auf Null an.
- Werden die Schnelltasten gedrückt, kann man auf schnelle Weise die auf den Tasten angegebenen Geschwindigkeits- oder Steigungswerte erreichen.
- Die Übung ist mit Ende des Countdowns des eingestellten Trainingsziels beendet. Dem Halt der Laufmatte geht ein akustisches Signal 3 Sekunden vor Programmende voraus.
- Durch Drücken der Taste STOP kann die Übung zu jeder Zeit beendet werden.

VOREINGESTELLTE PROGRAMME

Der das Gerät betreibende Computer verfügt über 24 voreingestellte Programme, die im Hinblick auf ein wirkungsvolles Herz-Kreislauf-Training entwickelt wurden.



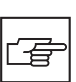
Die Trainingsprofile der Programme P15-P24 beinhalten eine automatische Kontrolle von Geschwindigkeit und Steigung des Laufdecks.
Die Intensität des Trainings ist aus diesem Grunde sehr hoch. Die Programme P15-P24 sollten aus diesem Grunde NUR von solchen Personen ausgewählt werden, die gut trainiert sind und sich in perfektem körperlichen Zustand befinden.

- Stellen Sie das Gerät an, steigen Sie auf das Laufdeck und verbinden Sie den Sicherheitsschlüssel mit der Konsole.
- Drücken Sie die Taste MODE, um eines der 24 voreingestellten Programme auszuwählen.
  Die Trainingsprogramme P1-P14 sehen eine automatische Regulierung der Geschwindigkeit der Laufmatte vor und sind für einfache und vollständige Übungen geeignet.
  Die automatisch eingestellte Geschwindigkeit kann jederzeit mit der Hilfe der Tasten SPEED verändert werden.
  Die Trainingsprogramme P15-P24 sehen eine automatische Regulierung der Geschwindigkeit der Laufmatte und der Steigung des Laufdecks vor und sind sehr anspruchsvoll. Sie sollten nur von gut trainierten Personen benutzt werden.
- Um die Dauer der Übung einzustellen, drücken Sie die Taste CLEAR/SET und die Tasten SPEED und stellen Sie die Zeit im Display TIME ein.
- Um sofort mit der Übung zu beginnen, drücken Sie die Taste START.
  Nach einem Countdown von drei Sekunden beginnt die Laufmatte, sich mit dem ausgewählten Profil in Bewegung zu setzen.
- Der Nutzer hat während der Übung die Möglichkeit, die Geschwindigkeit der Laufmatte und die Steigung des Laufdecks manuell zu verändern. Durch Drücken der Tasten SPEED wird die Geschwindigkeit, durch Drücken der Tasten INCLINE der Steigungslevel verändert. Diese Änderungen haben eine Dauer von einer Minute. Nach Ablauf kehren die vom Programm voreingestellten Werte wieder.
  Jedes Programm hat eine Länge von 30 Minuten. Dem Halt der Laufmatte geht ein akustisches Signal 3 Sekunden vor Programmende voraus.
  Durch Drücken der Taste STOP kann die Übung zu jeder Zeit beendet werden.

PROGRAMM HRC

Das HRC-Programm ist ein Trainingsprogramm, bei dem der Computer automatisch die Steigung des Laufdecks und die Geschwindigkeit der Laufmatte auf der Grundlage der gemessenen Herzfrequenz reguliert.
Das Programm kann auch mit Hilfe der Messung der Herzfrequenz an den Handsensoren auf den Handläufen betrieben werden. Sollte jedoch für mehr als 10 Sekunden keine Herzfrequenz gemessen werden, wird das Programm unterbrochen und auf dem Display erscheint die Anzeige “Pulse”. Der Computer wartet auf ein Signal, um das Training wiederaufzunehmen. Aus diesem Grunde, aber auch zu Ihrer Bequemlichkeit, wird empfohlen, einen Herzfrequenzmesser zu benutzen (als Zubehör erhältlich).

- Stellen Sie das Gerät an, steigen Sie auf das Laufdeck und verbinden Sie den Sicherheitsschlüssel mit der Konsole.
- Drücken Sie die Taste MODE, bis der Modus: HRC (von der Herzfrequenz kontrolliertes Programm) erscheint.
- Drücken Sie die Taste CLEAR/SET, um eins der zwei voreingestellten Anwenderprofile HR1-HR2 auszuwählen. Bestätigen Sie mit der Taste CLEAR/SET Beispiel:
  HR1=(220-Alter)x60% = Übung zur Gewichtsabnahme
  HR2=(220-Alter)x80% = Kardiorespiratorische Übung
- - (Weight) das **Körpergewicht** des Nutzers, drücken Sie die Tasten SPEED. Bestätigen Sie mit der Taste CLEAR/SET;
  - (Age) das **Alter** des Nutzers, drücken Sie die Tasten SPEED. Bestätigen Sie mit der Taste CLEAR/SET;
  Stellen Sie den Grenzwert der Herzfrequenz ein, der während der HRC-Übung gehalten werden soll:
  - HR% der **Grenzwert der Herzfrequenz** kann innerhalb eines Bereiches von 60% ÷ 85% des maximalen Grenzwertes, der auf der Grundlage des eingegebenen Alters berechnet wird, eingegeben werden. Drücken Sie hierzu die Tasten SPEED und bestätigen Sie mit der Taste CLEAR/SET.



Der Grenzwert sollte entsprechend den Resultaten, die Sie während der ersten Übung zu erreichen wünschen und auf der Grundlage Ihrer eigenen körperlichen Möglichkeiten eingegeben werden. Lesen Sie hierzu das Kapitel: “Hinweise zum Training”.

  - (Time), die **Dauer** der Übung (Default: 20 Minuten). Drücken Sie die Tasten SPEED. Bestätigen Sie mit der Taste CLEAR/SET

- Um mit dem HRC-Programm zu beginnen, legen sie den Herzfrequenzmesser (als Zubehör erhältlich) an und drükken Sie die Taste START.
  Während der Übung wird die Steigung des Laufdecks und die Geschwindigkeit der Laufmatte vom Computer entsprechend der gemessenen Herzfrequenz reguliert.



VOREINGESTELLTE PROGRAMME (daten: Geschwindigkeit und Steigung)

DEUTSCH

DEUTSCH

MODE \ TIME		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
P-1		1	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P-2		1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	1
P-3		2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
P-4		2	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	1
P-5		3	4	6	8	10	8	6	4	2	2	2	4	6	8	10	8	6	4	2	2	2	4	6	8	10	8	6	4	2	2
P-6		3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	3	1
P-7		4	2	6	6	8	10	6	6	2	2	2	2	6	6	8	10	6	6	2	2	2	2	6	6	8	10	6	6	2	2
P-8		4	5	5	5	6	6	6	8	8	8	5	5	5	6	6	6	9	9	9	5	5	5	5	9	9	9	6	6	5	5
P-9		5	3	4	5	2	3	4	5	3	2	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2
P-10		6	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2
P-11		6	6	7	7	7	8	8	8	8	9	9	9	9	9	8	8	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	9	8	8	8
P-12		7	3	4	5	6	5	4	3	2	1	1	3	4	5	6	5	4	3	2	1	1	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P-13		8	4	6	8	6	6	4	4	2	2	1	4	6	8	6	6	4	4	2	2	1	4	6	8	6	6	4	4	2	2
P-14		9	9	9	8	8	8	8	8	7	7	7	7	6	6	6	6	5	5	5	5	4	4	4	4	3	3	2	2	1	1
P15	spd	3	4	5	6	5	6	6	5	4	2	1	2	3	6	7	6	6	5	4	2	6	5	3	6	4	3	6	5	4	2
	inc	3	4	5	6	3	4	5	6	5	4	3	4	5	6	3	4	5	6	3	4	3	4	5	6	3	4	5	6	5	4
P16	spd	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	inc	2	4	6	8	10	12	10	8	6	4	2	4	6	8	10	12	10	8	6	4	2	4	6	8	10	11	10	8	6	4
P17	spd	5	5	3	3	3	9	9	9	9	7	7	7	6	6	9	9	9	9	5	5	5	7	7	7	7	6	6	6	6	6
	inc	3	7	7	9	11	9	7	7	3	3	3	7	7	9	11	9	7	7	3	3	3	7	7	9	11	9	7	7	3	3
P18	spd	1	2	6	6	8	10	6	6	2	2	1	2	6	6	8	10	6	6	2	2	1	2	6	6	8	10	6	6	2	2
	inc	7	5	3	5	9	4	2	4	6	8	10	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	2	1	2	1	2	1	1	2	0
P19	spd	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2	1	3	4	5	2	3	4	5	3	2	1	3	4	5	2	3	4	5	3	2
	inc	3	1	2	3	4	4	3	2	1	0	1	1	2	3	4	4	3	2	1	0	1	1	2	3	4	4	3	2	1	0
P20	spd	3	4	6	2	4	6	2	4	6	2	1	4	6	2	4	6	2	4	6	2	1	4	6	2	4	6	2	4	6	2
	inc	1	3	5	7	9	11	9	7	5	3	1	3	5	7	9	11	9	7	5	3	1	3	5	7	9	11	9	7	5	3
P21	spd	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	7	7
	inc	0	3	3	3	3	3	3	3	6	6	6	6	6	6	6	10	10	10	10	10	10	10	3	3	3	3	3	3	0	0
P22	spd	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	5	5	5	5	5	5	3	3
	inc	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
P23	spd	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6	6	5	5
	inc	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P24	spd	3	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	3	3	3	3	3	3	3	1
	inc	0	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	0





PAUSE UND NOTHALT

- Wenn das Laufband in Funktion ist, drücken Sie einmal die Taste STOP, um es anzuhalten und die Übung zu unterbrechen. Die laufenden Daten werden für einige Minuten gespeichert, innerhalb derer es möglich ist, die Übung von der Stelle an wiederaufzunehmen, an der sie unterbrochen wurde. Drücken Sie hierzu die Taste START.



Wenn Sie eine Übung aus dem Pausestatus wiederaufnehmen, seien Sie darauf gefasst, dass Laufmatte und Laufdeck wieder die Geschwindigkeits- und Steigungswerte annehmen, die sie vor Unterbrechung der Übung hatten.

- Im Pausestatus können Sie durch Drücken der Taste STOP die Übung beenden. Sämtliche Daten der Übung werden gelöscht, und es wird zur Ausgangsposition zurückgekehrt.

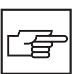
NOTHALT:

Um die Übung sofort zu unterbrechend und die Laufmatte anzuhalten, entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel von der Konsole.



BESONDERE AUSSTATTUNGEN

- FAN
  Durch den in der Konsole eingebauten Ventilator kann sich der Nutzer während der Übung das Gesicht erfrischen. Um ihn an- oder auszuschalten, drücken Sie die Taste FAN.



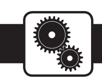
Es wird empfohlen, den Ventilator von Beginn der Übung an zu benutzen. Der Ventilator sollte nicht erst dann eingeschaltet werden, wenn der Körper bereits aufgewärmt ist und schwitzt.



Es dürfen keine Gegenstände zwischen die Ventilatorflügel gelangen.

- HERZFREQUENZMESSER
  Das Gerät ist mit einem Funkempfänger ausgestattet, der mit Brustgurtempfängern vom Typ Polar® T34 kompatibel ist (letzteres als Grundausstattung nicht vorhanden).

DEUTSCH

 WARTUNG



Stellen Sie das Gerät am Netzschalter aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, bevor mit der Reinigung oder der Wartung des Gerätes beginnen.



Halten Sie das Gerät immer sauber und staubfrei.



Benutzen Sie zur Reinigung keine entflammbaren oder giftigen Substanzen. Benutzen Sie keine Lösungsmittel zur Reinigung der Kunststoffteile, sondern lediglich Produkte auf Wassergrundlage und ein weiches Tuch.



Lösungsmittel wie Öle, Aceton, Benzin, Tetrachlorkohlenstoff, Ammoniak und chlorhaltige Öle können die Kunststoffteile schädigen und verätzen.

- Reinigen Sie jede Woche die Laufmatte und die seitlichen Trittflächen. Benutzen Sie dazu einen mit Wasser getränkten Schwamm und neutrale Seife. Stellen Sie darüber hinaus das Laufdeck auf den höchsten Steigungswinkel ein und reinigen Sie den darunter befindlichen Fußboden mit einem Staubsauger.
- Zur Reinigung der Konsole benutzen Sie ein leicht angefeuchtetes Tuch
- Achten Sie darauf, dass bei der Reinigung auf das Bedienfeld nicht zu stark Druck ausgeübt wird.

 SCHMIERUNG



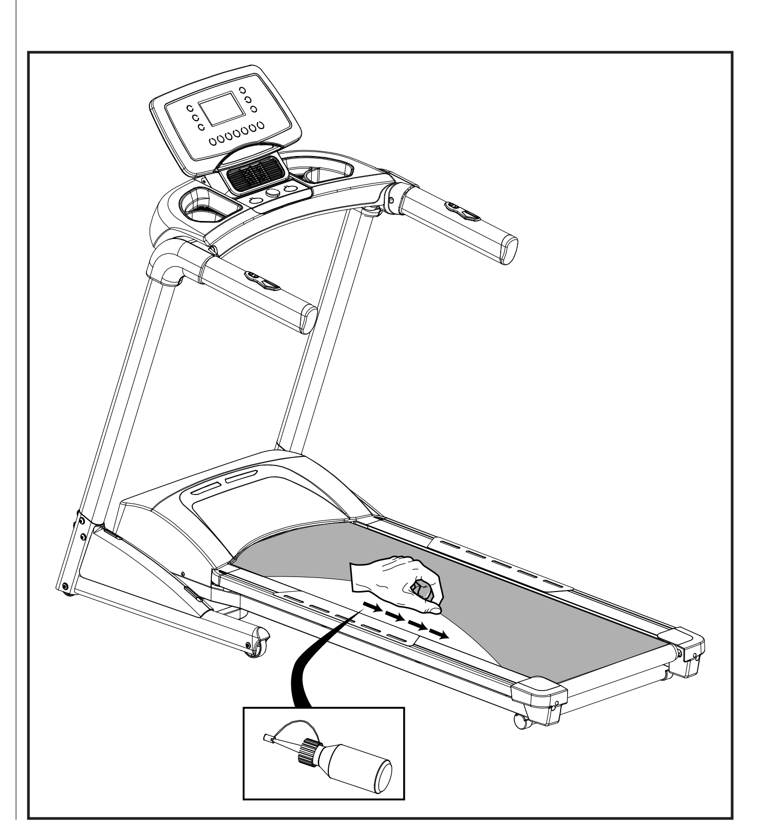
Die Schmierung des Laufdecks ist sehr wichtig und sollte vor der Nutzung des Gerätes vorgenommen werden.
Eine nicht durchgeführte Schmierung des Laufdeckes führt zu Schäden am Motor und zum Verlust der Garantie.

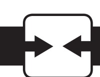


Die Schmierung hat mittels eines entsprechenden Silikon-Schmiermittels, das mit dem Gerät mitgeliefert wurde, alle 10 Nutzungsstunden oder nach einem längeren Zeitraum, in dem es nicht genutzt wurde, und in dem Falle, indem Sie den Eindruck haben, das Laufdeck sei zu trocken, zu erfolgen.

Vorgehensweise bei der Schmierung des Laufdecks

- Schalten Sie das Gerät aus uns ziehen Sie den Netzstekker.
- Heben Sie den linken Rand der Laufmatte an.
- Nehmen Sie die Spraydose mit dem Schmiermittel und spritzen Sie drei Mal (oder drei Tropfen Schmieröl, je nach Ausstattung). Verwenden Sie das mitgelieferte Schmiermittel oder Vaseline.
- Wiederholen Sie diesen Vorgang auf der rechten Seite des Laufdecks..
- Setzen Sie die Laufmatte in Bewegung und laufen Sie für einige Minuten auf ihr.





SPANNEN UND ZENTRIEREN DER LAUFMATTE



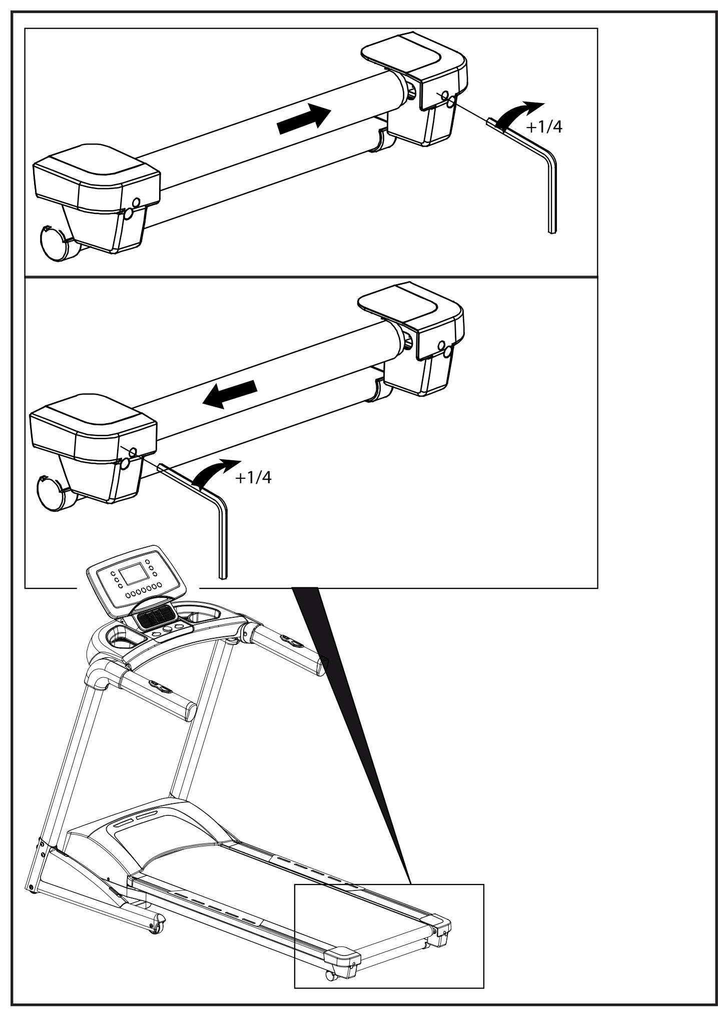
Bevor Sie die Laufmatte spannen und zentrieren, stellen Sie das Gerät am Netzstecker aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.

- Im Falle, dass die Laufmatte, während sie in Bewegung ist, nach rechts tendieren sollte, ist es notwendig, die rechte Stellschraube um jeweils eine viertel Drehung im Uhrzeigersinn zu verstellen.
- Stellen Sie nach jeder Drehung das Gerät an und prüfen Sie die Mattenausrichtung.
- Sollte die Matte weiterhin nach rechts tendieren, regulieren Sie die linke Stellschraube um eine viertel Drehung entgegen dem Uhrzeigersinn. Das gleiche gilt, sollte die Laufmatte nach links tendieren.

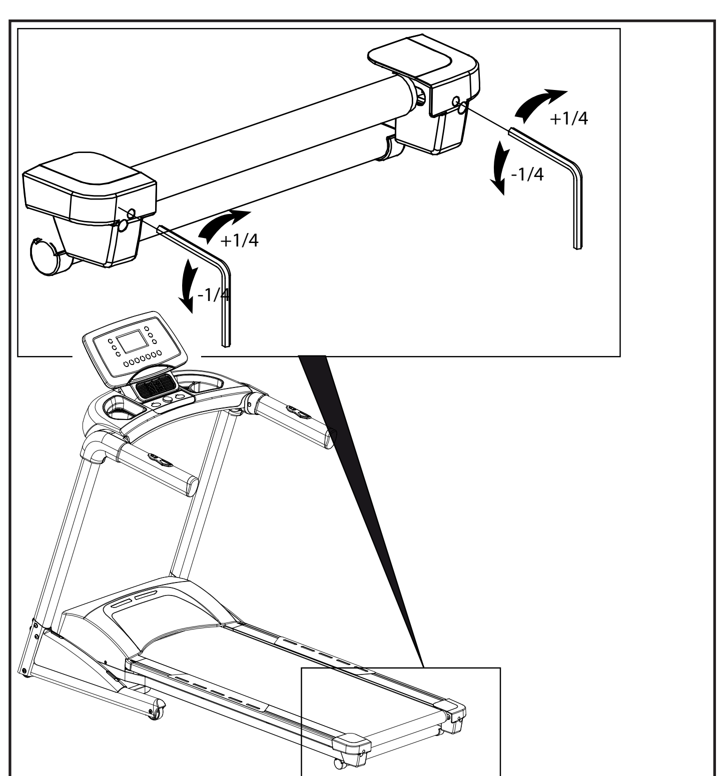


Verstellen Sie die Stellschrauben jedes Mal um nicht mehr als eine viertel Drehung.

Eine zu starke Spannung der Laufmatte kann zu einem vorzeitigen Verschleiß der Rollen, Lager und des Motors führen.



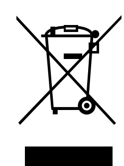
- In dem Falle, in dem die Laufmatte nicht ausreichend gespannt sein sollte, regulieren Sie beide Stellschrauben um eine viertel Drehung im Uhrzeigersinn. Ist die Laufmatte hingegen zu sehr gespannt, drehen Sie beide Stellschrauben um eine viertel Drehung entgegen dem Uhrzeigersinn.







ENTSORGUNG



Das Symbol der durchgekreuzten Mülltonne weist darauf hin, dass die gehandelte Produkte unter den Anwendungsbereich der Europäischen Richtlinie 2002/96/EG in Bezug auf die Entsorgung von elektrischen und elektronischen Produkten (WEEE) fallen.



Das Symbol ROHS weist darauf hin, dass das Produkt entsprechend den internationalen Vorschriften in Bezug auf die Verwendung von Gefahrenstoffen in elektrischen und elektronischen Produkten hergestellt wurde (RoHS - Restriction of Hazardous Substances).



Dieses Produkt darf NICHT als Hausmüll, sondern muss separat (entsprechend den Vorschriften der Europäischen Union) in speziellen Müllannahmestellen, die auf die unweltverträgliche Entsorgung solcher Produkte spezialisiert sind, entsorgt werden.

EXPLOSIONSZEICHNUNG



ZUBEHÖRLISTE

Pos.	Beschreibung	Anz.
1	Hauptrahmen Laufdeck	1
2	Motorgehäuse	1
3	Neigungsarm	1
4	Konsolenmast rechts	1
5	Konsolenmast links	1
6	Konsole und Handlauf	1
7	Äußere Sicherheitsleiste	1
8	Innere Sicherheitsleiste	1
10	Steigungsmotor	1
11	Übertragungsriemen	1
12	Halter Motoraufhängung	1
13	Übertragungsmotor	1
14	Laufmatte	1
15	Laufdeck	1
16	Vordere Antriebsrolle	1
16-3	Magnet für Geschwindigkeitssensor	1
17	Hintere Laufrolle	1
18	Armierungseisen	1
19	Vordere Radnabe	2
20	Hintere Radnabe	2
21	Montierte Konsole	1
21-1	Konsole – Obere Abdeckung	1
21-2	Konsole – Untere Abdeckung	1
21-3	Konsole – Buchhalter	1
21-6	Ventilator	1
21-10	Selbstschneidende Schraube ST3,5x32mm	4
21-12	Computerkabel 11P 350 mm	1
21-13	Computerkabel 10P 350 mm	1
21-14	HR-Empfänger-Kabel oben	1
22	Verschlussleiste	2
23	Abdeckung Basis Konsolenmast links	1
24	Abdeckung Basis Konsolenmast rechts	1
25	Oberes Motorgehäuse	1
26	Hintere Rollenabdeckung links	1
27	Hintere Rollenabdeckung rechts	1
28	Sensoren zur Herzfrequenzmessung+Tasten	1
29	Sensoren zur Herzfrequenzmessung+Tasten	1
30	Sicherheitsschalter	1
31	Netzschalter	1
32	Radaufhängung	2
33	Vorderes Transportrad	2
34	Hinteres Transportrad	2
35	Lagerdämpfung Laufmatte	6
36	Handrad am Handlauf	2
37	Seitliche Trittfläche	2
38	Anti-Rutsch-Aufkleber	2
40	Ankerschraube	5
43	Quadratische Kunststoffkappe	2
44	Sicherheitsschlüssel (Safety Key)	1
45	Steckdose	1
46	Verkabelter Geschwindigkeitssensor	1
48	Netzkabel	1
49	Kabel weiß 100 mm	1
50	Kabel schwarz 100 mm	1
51	Kabel schwarz 100 mm	1

Pos.	Beschreibung	Anz.
52	Elektronische Leistungskarte	1
53	Computerkabel [1900 mm - unten]	1
55	Computerkabel [700 mm – Zwischenkabel]	1
57	Unteres Motorgehäuse	1
58	Schraube 1/2"x1"	2
59	Schraube 3/8"x 3-3/4"	1
60	Selbstschneidende Schraube ST3.0x10 mm	1
62	Schraube 3/8" x 3/4"	4
63	Schraube M8x60 mm	1
64	Schraube M8x12 mm	2
65	Schraube 5/16"x2-3/4"	2
66	Schraube 3/8"x4-1/2"	1
67	Schraube 3/8" x 2"	4
68	Bolzen 1/2"x28mm	2
69	Schraube M8x3"	2
70	Schraube M6x1"	6
73	Schraube 5x16 mm	13
74	Selbstschneidende Schraube ST3,5x12 mm	22
75	Selbstsichernde Mutter 1/2"x 8T	4
76	Selbstsichernde Mutter 3/8"x 7T	4
77	Selbstsichernde Mutter 5/16"x 7T	3
78	Selbstsichernde Mutter M8 x 7T	1
79	Federring 3/8"x 2T	6
80	Federring M8x 1,5T	2
81	Federring M5	3
82	Unterlegscheibe 3/8"x 19 x 1,5T	4
83	Unterlegscheibe 3/8"x 25 x 2T	5
84	Unterlegscheibe 5"x 13 x 1,0T	10
85	Kunststoffunterlegscheibe Ø50xØ13x3T (B)	4
86	Kunststoffunterlegscheibe Ø10xØ25x3T (A)	2
87	Konkave Unterlegscheibe Ø6,5xØ25x1,5T	8
88	Sternunterlegscheibe M5	3
89	Mutter M5x2T	2
90	Wasserflaschenhalter (montiert)	1
90-1	Vordere Abdeckung Wasserflaschenhalter	1
90-3	Magnetablage Sicherheitsschlüssel	1
90-5	Selbstschneidende Schraube ST3x10 mm	2
90-7	Kabel 100 mm	1
90-8	Computerkabel 100 mm	1
91	Selbstschneidende Schraube ST4x12 mm	12
92	Laufmattenführung	2
93	Schraube M5x16 mm	30
94	Schraube M5x19 mm	5
95	Gaszylinder	1
96	Schraube M8x1"x1/4"	2
99	Schraube 5/16" x 1/2"	14
100	Unterlegscheibe 5/16"x 18 x 1,5T	6
101	gewellte Unterlegscheibe 5/16"x 23 x 1,5T	8
102	Sechskantschlüssel M5 + Schraubendreher	1
103	Sechskantschlüssel M6	1
104	Schmiermittel Laufdeck	1
105	Fuß hinten	2
106	Hintere Abdeckung Wasserflaschenhalter	1
110	Selbstschneidende Schraube ST3,5x25 mm	2
111	Selbstschneidende Schraube ST 3,5x16 mm	5





ZUBEHÖRLISTE

DEUTSCH

Pos.	Beschreibung	Anz.
112	Kunststoffunterlegscheibe	5
113	Ecke seitliche Trittfläche rechts	1
114	Ecke seitliche Trittfläche links	1
125	Schraube M5x25 mm	2
126	Schraube M5x35 mm	2
128	Schraube M5x12 mm	7
129	Äußere Sichtblende Handlauf links	1
130	Äußere Sichtblende Handlauf rechts	1
131	Innere untere Sichtblende Handlauf links	1
132	Innere untere Sichtblende Handlauf rechts	1
133	Innere obere Sichtblende Handlauf links	1
134	Innere obere Sichtblende Handlauf rechts	1
135	Selbstschneidende Schraube ST3x75 mm	2
136	Ovale Kunststoffkappe	2
137	Herzfrequenzempfänger	1
138	Verbindungskabel 1000mm	1
139	Verbindungsstück	1
140	Verbindungsachse	1
141	Verbindungsbuchse	2
142	Spannbügel	2
143	Stift	1
144	Fixierbuchse	1
145	Doppeldrehfeder	1
146	Schenkelfeder	1
147	Zugfeder für Stahlseil	1
148	Stahlseil	1
149	Sicherheitshebel	1
150	Schraube M3x10 mm	1
151	Schraube M5x20 mm	1
152	Schraube 5/16”x 2”	1
153	Selbstsichernde Mutter M5	1
154	Mutter M3	1
155	Unterlegscheibe Ø5xØ10x1.0T	2
156	Unterlegscheibe Ø5/xØ13x1.0T	1
157	Federring M3	1
158	Netztransformator	3
159	Netzfilter	1
160	Kabel Motor	1
161	Selbstschneidende Schraube ST4x19mm	4
162	Kabel weiß 150 mm	1
163	Hutmutter 19 mm	2
164	Hutmutter 14 mm	3
165	Hutmutter 13 mm	3
166	Schraube 5/16”x18x1,5T	1
167	Schraube M3x12 mm	1
168	Seitlicher Einsatz Hauptrahmen	2

Pos.	Beschreibung	Anz.

DEUTSCH

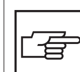




ERSATZTEILBESTELLUNG

Im Falle der Notwendigkeit einer Ersatzteilbestellung orientieren Sie sich bitte an der Explosionszeichnung auf der vorhergehenden Seite.
Die Ersatzteilbestellung muss die folgenden Angaben enthalten:
1) Name und Modell des Produktes
2) Name des zu ersetzenden Teiles
3) Nummer des zu ersetzenden Teiles
5) Name und Lieferanschrift.

Zur besseren Übersicht wird empfohlen, die Bestellung mit dem nachfolgenden Bestellformular auszuführen.



Das vorliegende Benutzerhandbuch kann in Bezug auf das in Ihrem Besitz befindliche Produkt geringe Unterschiede aufweisen; es können u.U. Weiterentwicklungen fehlen, die der Hersteller in der Zwischenzeit vorgenommen hat. Sollten Sie Schwierigkeiten beim Verstehen der Zeichnungen und Beschreibungen haben, können Sie unseren Kundenservice gebührenfrei unter der folgenden Telefonnummer erreichen:

800.046.137 (9:00 AM → 12:00 AM)

FORMULAR FÜR DIE ERSATZTEILBESTELLUG

Bezeichnung

Vornahme

Nachnahme

Adresse

Tel

Fax

E-mail

Pos.	Ersatzteilbeschreibung	Anz.	Preis/Stück	Gesamt
Transportkosten				

Schicken Sie das Formular mit der Ersatzteilbestellung an: fax +39 0471.208310
e-mail: assistenzagetfit@sportalliance.it

Hinweis: Die Bestätigung Ihrer Bestellung und das Lieferdatum wird telefonisch vom Kundenservice mitgeteilt.



GARANTIE

Die SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG garantiert die Übereinstimmung des Produktes mit den Angaben im Kaufvertrag, die Abwesenheit von Herstellungsfehlern und seine Eignung für den Nutzungszweck, für den es konzipiert wurde, d.h. für die körperliche Betätigung in häuslicher Umgebung zu rein sportlichen, jedoch nicht zu therapeutischen oder Rehabilitationszwecken.

DAUER UND GÜLTIGKEITSVORAUSSETZUNGEN DER GARANTIE

- Die Garantie von SPORT Alliance International AG gilt innerhalb der Länder der Europäischen Union für einen Zeitraum von 24 Monaten ab Lieferung des Produkts.
- Die Garantie bezieht sich auf die von SPORT Alliance International AG und seinen Partnern vertriebenen Produkte, die von dem Verbraucher ausschließlich über einen autorisierten Händler erworben wurden, und wird auf rein vertraglicher Grundlage in dem hier näher beschriebenen Rahmen erteilt; hiervon unberührt bleiben die vom Verbraucherschutzgesetz in Bezug auf den Verkauf von Konsumgütern vorgesehenen Rechtsbehelfe gemäß Teil IV Titel III des Gesetzesdekretes vom 6. September 2005, No 206 (Verbraucherschutzgesetz).
- Um Garantieleistungen in Anspruch nehmen zu können, muss der Verbraucher das Lieferdatum des Produkts mittels des Kaufbeleges (oder mit Hilfe eines anderen geeigneten Dokumentes) nachweisen. Darüber hinaus muss er Angaben zum Verkäufer sowie zum Produkt selbst machen (Modell und Seriennummer).

Hinweis: Für die Gültigkeit der Garantie ist es notwendig, den Kaufbeleg oder ein anderes geeignetes Dokument, aus dem die Einzelheiten des Kaufes hervorgehen, sorgfältig aufzubewahren.

- Um das Produkt zu registrieren und in den Genuss der Garantie zu kommen, wird der Verbraucher gebeten, das entweder im Internet unter www.sportalliance.it befindliche Online-Formular auszufüllen oder aber den diesem Benutzerhandbuch beigefügten und sorgfältig ausgefüllten Garantieabschnitt mit der Post an SPORT Alliance International AG - Via E. Fermi, 14 bis 39100 - Bozen - BZ - Italien, per Fax (**+39 0471 208310**) oder per E-Mail (**assistenzagetfit@sportalliance.it**) zu versenden. Die Anmeldung muss innerhalb eines Monats nach Kauf des Produkts vorgenommen werden.
- Die Garantie umfasst die Reparatur oder den kostenlosen Ersatz von defekten Bestandteilen des Produkts, sofern diese umgehend vom Verbraucher durch Anfrage auf Garantieleistung beim Kundenservice unter der folgenden gebührenfreien Nummer **800.046.137** mitgeteilt werden und der Defekt auf einem Handeln oder Unterlassen des Herstellers beruht. Es wird das gesamte Produkt ersetzt, sofern die Reparatur oder der Austausch einzelner Komponenten unmöglich oder unverhältnismäßig teuer sein sollte.
- Der Austausch des gesamten Produktes oder nur einer Komponente führt nicht zur Verlängerung der Garantiedauer. Die Garantie endet 24 Monate nach dem Datum der auf dem Kaufvertrag beruhenden ursprünglichen Lieferung des Produktes. Nach Ablauf der 24-Monate-Garantie, sind sämtliche Reparaturleistungen und / oder der Austausch von Komponenten des Produktes vom Verbraucher zu tragen.

AUSSCHLUSS DER GARANTIE

- Die Garantie ist in den folgenden Fällen ausgeschlossen:

a. bei Nichtbeachtung von Anweisungen, Warnungen und Hinweisen in Bezug auf die korrekte Montage und die ordnungsgemäße Nutzung des Produktes (alle Angaben zur korrekten Montage, zur Nutzung und zur Wartung des Produktes sind im Benutzerhandbuch enthalten, das Bestandteil der Garantie ist);
b. das Produkt wird für andere Zwecke als für die verwendet, für die es eigens konzipiert wurde;
c. bei unsachgemäßer Behandlung des Produktes;
d. bei Vernachlässigung der Wartung oder fahrlässig falscher Wartung des Produktes;
e. für Schäden, die durch Transport oder Versand des Produktes verursacht wurden;
f. die Reparatur wurde von einem nicht autorisierten Kundenservice durchgeführt;
g. die Reparatur ist vom Nutzer selbst ausgeführt worden, es sei denn, die Reparatur oder der Austausch von Komponenten ist von SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG ausdrücklich genehmigt worden;
h. im Falle von Konformitätsfehlern, die, aus welchem Grund auch immer nicht auf den Hersteller oder den Vertrieb zurückgeführt werden können;
i. die Garantie deckt NICHT Eingriffe im Zusammenhang mit dem Aufbau des Produktes und dem Anschluss an die Stromversorgung.

- Abnutzungserscheinungen am Produkt oder seinen Komponenten, die auf der normalen Nutzung des Produktes beruhen, stellen KEINEN Konformitätsfehler dar und sind daher nicht Gegenstand von Garantieleistungen.

Auflistung der Komponenten, die dem normalen Verschleiß unterliegen:

- LAUFBAND, Bestandteile die dem normalen Verschleiß unterliegen: Rollen, Lauffläche, Laufmatte, Griff, Riemen, Dichtungen, Handgriffe, herausnehmbare Teile, Zubehör und Verschleißmaterial im allgemeinen.
- HOME BIKE, Bestandteile die dem normalen Verschleiß unterliegen: Pedale und Riemen, Sattel, Übertragungsriemen, Dichtungen, Handgriffe, herausnehmbare Teile, Zubehör und Verschleißmaterial im allgemeinen.

ART DER AUSFÜHRUNG DER GARANTIELEISTUNGEN

Während des Garantiezeitraumes werden die der Garantie unterliegenden Leistungen kostenlos von Kundenservice des Vertriebes durchgeführt. Einzelheiten wie Art und Dauer der Reparatur werden mit dem Techniker, den Sie gebührenfrei telefonisch erreichen können, abgesprochen. Dem Verbraucher steht es frei, die von der Garantie gedeckten Ersatzteile zu bestellen und selbst den Austausch der Teile nach Absprache mit dem Techniker des Kundenservices vorzunehmen. Für den Fall, dass eine Reparatur des Produktes oder seiner Bestandteile am Sitz der Sport Alliance International AG (Adresse) notwendig sein sollte, ist der Transport vom Verbraucher zu veranlassen. Die Kosten des Transportes sind vom Verbraucher zu tragen.

Hinweis: In diesem Falle treffen alle mit dem Transport des Produktes verbundenen Risiken den Verbraucher. SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG tritt nicht für etwaige am Produkt oder seinen Bestandteilen entstandene Schäden ein, die vom Transport durch einen Kurierdienst/ein Transportunternehmen herrühren.

Falls der Verbraucher zu dem Zeitpunkt, zu dem das reparierte oder ausgetauschte Produkt vom, von SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG benannten, Kurierdienst/Transportunternehmen zugestellt werden soll, nicht anzutreffen sein sollte, werden ihm die hierdurch entstandenen Mehrkosten des Kurierdienstes/Transportunternehmens für Folgeauslieferungen auferlegt. Diese sind vom Verbraucher direkt zum Zeitpunkt der Auslieferung des Produktes zu tragen.



DISTRIBUTORI EUROPEI
EUROPÄISCHEN DISTRIBUTOREN

Italy: *Sport Alliance International Spa - www.sportalliance.it*
Austria, Czechoslovakia, Slovenia, Slovakia: *Giga Sport - www.gigasport.at*

